[illegible]

[illegible]

સૂવાવડ અને બાળકની માવજત.

(ચિત્રો સહીત.)

Maternity & Infant Welfare.

(Fully Illustrated.)

રચનાર,

ડૉ. કેખસરૂ સોરાબજી પટેલ.

ઍમ. બી; બી. ઍસ. મુંબઇ.

ડીમૉનસ્ટ્રેટર-ઈન-ફિઝિઑલૉજી, ગ્રાંટ મૅડીકલ કૉલેજ, ઑનરરી લાઇફ મૅમ્બર, ઑનરરી લૅકચરર અને એકઝામીનર, સેંટ જૉન ઍમ્બ્યુલન્સ ઍસોશીએશન, ઑનરરી લૅકચરર, બૉમ્બે સૅનિટૅરી ઍસોશીએશન અને લેડી વીલીંગડનની હીંદી બાઇઓ માટેની યોજના અને રૅજીસ્ટરડ મૅડીકલપ્રૅક્ટિશનર, મુંબઈ.

આવૃત્તિ પહેલી.

પ્રત ૧૦૦૦ સને ૧૯૧૬.

કિંમત રૂ. ૨.

પ્રકાશક,

ડા. ફખસરૂ સોરાબજી પટેલ,

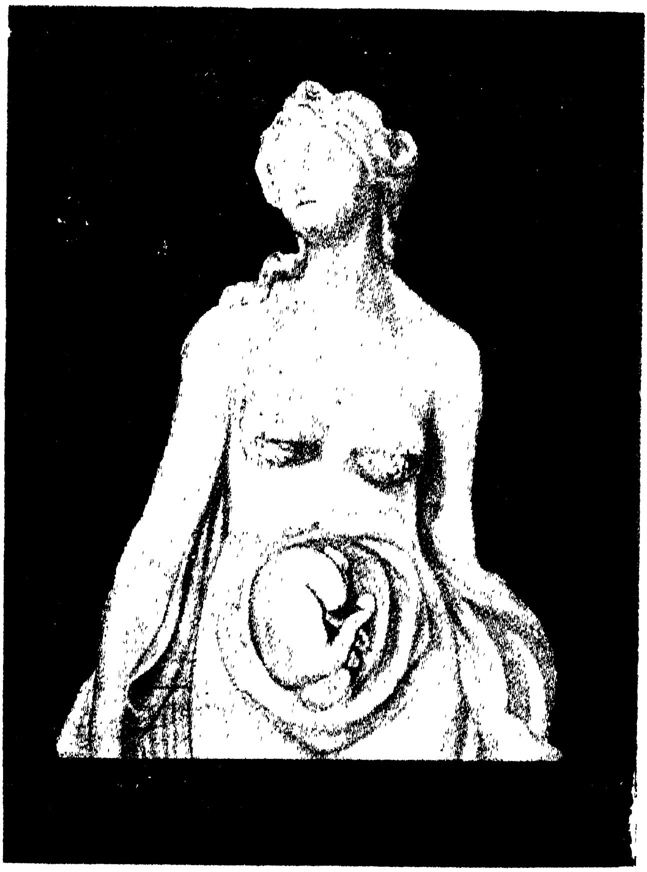
ઍમ. બી. બી. ઍસ.

ગઝદર મેનશન, પ્રીન્સેસ સ્ટ્રીટ. મુંબઇ.

આ પુસ્તક

અમદાવાદ, પાંચકુવા "શ્રીસત્યવિજય પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ" માં

શા. સાંકળચંદ હરીલાલે કર્તાને માટે છાપ્યું છે.



અર્પણ પત્રીકા.

શ્રી કેળવણીના પ્રતાપે
શીખેલી પણ સાદી,
સત્કર્મી અને સાલેસ,
સદ્‌ગુણી અને શરમાળ
તબીબ બહેનોને
આ
નાનકડું પુસ્તક
પ્રેમ અને પૂજ્ય ભાવથી
અર્પણ કરૂં છું.

કર્ત્તા૦

Mr. J. Crearar, Aide-de-Camp in Waiting on Her Excellency Lady Willingdon writes:—

...... Her Excellency has every sympathy with the objects which you have in view and she hopes that your book will perform a useful work.

નામદાર લેડી વીલીંગડનના એડ-ડ-કૅં. ઇન-વેટીંગ મી૦ જે૦ ક્રેરાર લખે છે કેઃ—

"...... નામદાર લેડી વીલીન્ગડન તમારા હેતુઓ તરફ દરેક દીલસોજી ધરાવે છે. તેણી ઉમેદ રાખે છે કે તમારી ચોપડી ઉપયોગી કામ બજાવશે."

પ્રસ્તાવના.

દરેક કુટુંબમાં સૂવાવડી સ્ત્રીની સારવાર કરવાના પ્રસંગો સૌને આવ્યા હશે, આવે છે અને આવશે, માટે દરેક સ્ત્રી તેને લગતું જ્ઞાન મેળવે એ ઇચ્છવાયોગ્ય છે. પણ અફસોસ! પ્રજાના જથ્થા વચ્ચે અને સામાન્ય રીતે સ્ત્રીવર્ગમાં સુવાવડ સંબંધી ઘોર અજ્ઞાનતા જોવામાં આવે છે. ગર્ભવંતી સ્થિતી એ કાંઈ નવ માસની માંદગી નથી, પણ માત્ર કુદરતી બનાવ છે. ગર્ભ રહ્યા પછી સ્ત્રીને એવા નિયમથી રાખવી અને તેણીની એવી માવજત કરવી જોઇએ કે જેથી તેણીના છુટકારાની વખતે તેણીને કાંઈ પણ હરકત નડે નહિ, તેણી કષ્ટ પામે નહિ અને એક ખૂબસૂરત, તનદુરસ્ત બાળકનો જન્મ આપી શકે. પણ તેવી ફરજ કયાં બજાવવામાં આવે છે?

બાળ મરણ તપાસતાં માલુમ પડે છે કે હાલમાં પાંચ વરસની અંદરના બાળકોમાં મરણ પ્રમાણ ભારે આવે છે. આવા નાશકારક પરીણામના કારણની તપાસ લેતાં આજના દેખાદેખી અને ફીશીયારીના જમાનામાં માતાની બચ્ચાં તરફની બેદરકારીજ માલુમ પડશે.

જો સ્ત્રીઓ બચ્ચાંની માવજતનું થોડું ઘણું પણ જ્ઞાન મેળવે તો બાળકો જે દેશની દોલત અને આબાદીનો વધારો કરનારાં છે તેમના કીમતી જાન કવેળા જતા અટકાવી શકાય.

અભણ અને અણઘડ દાયણોને હાથે પ્રજાના જથ્થા માંહેલી ઘણી ગર્ભિણીઓ છૂટકારાની વખતે હેરાન થાય છે. એવા

સંજોગો હેઠળ દરેક સુધરેલા શહેરમાં સૂવાવડખાનાઓ નજરે દીસેછે અને આ સ્થિતીની પીછાન કરી આપણા લોકપ્રિય હાકેમ નામદાર લૉર્ડ વીલીંગડનની દીલસોજ બાનુ લેડી વીલીંગડને મુંબઇમાં ગરીબ પ્રજા માટે મફત સૂવાવડખાનાઓની જોગવાઇ કરાવવામાં ફત્તેહ પામી છે. તે ઉપરાંત આ સ્થિતીનું મૂળ કારણ જે અભણ દાયણો છે તેમને તેમના ધંધાને લાયકનુ ઘટતું શિક્ષણ અપાવવાની યોજના ઉભી કીધી છે.

બાેમ્બે સૅનિટૅરી ઍસોસીએશન અને લેડી વીલીંગડનની હીંદી બાઇઓ માટેની યોજનાના આશ્રા હેઠલ મીસીસ શીરીન ડોસાભાઇ પંથકીએ ચાલુ કીધેલા વર્ગોમાં '**સૂવાવડ અને બાળકની માવજત**' ના ભાષણોની જે હારમાળા મેં શરૂ કીધી હતી તે પણ તે નામદારને તેમજ મુંબઈ મ્યુનીસીપાલીટીના લોકપ્રિય હેલ્થ ઓફીસર ડા. તરનરને આભારી છે. આ ભાષણો છપાવવાની ઘણી તરફથી માંગણી થયાથી તેમજ સ્ત્રીઓ માટેના આ અગત્યના વિષય ઉપર લખાયલું પુસ્તક દરેક કુટુંબમાં ઉપયોગી થઇ પડવાનો સંભવ હોવાથી તે છપાવી ગુજરાતી ભાષા બોલનારી બહેનપણીઓની સેવામાં હું નમ્રતાપૂર્વક મૂકુછું. તેમ કરતાં હું આશા રાખુછું કે આ પુસ્તક અજ્ઞાન દાયણોને બોધદાયક થઇ પડશે અને ગર્ભવંતી સ્ત્રીઓના દુ:ખનું નીવારણ કરી નવા જન્મ પામેલા બાળકોનું રક્ષણ કરશે.

આ વિષય ઘણો નાજુક છે અને તે સ્ત્રીઓ માટે ખાસ છે તે ધ્યાનમાં લઇનેજ મર્યાદાનો સહેજ પણ ભંગ ન થાય તેમ નાજુક અને ગુંચવાડાભરી બાબતોને સભ્યતા સાથે દર્શાવવાની તજવીજ કીધી છે. આ પુસ્તક સહેલથી સમજ પડે

માટે કેટલેક ઠેકાણે ચિત્રોની મદદથી સમજ આપવામાં આવી છે. ચિત્રોની સંખ્યા છાસઠની છે અને તે માટે મોટા ખરચે ખાસ બ્લૉક તૈયાર કરાવ્યા છે. કેટલાંક ચિત્રો અસલ ઉપરથી લેવામાં આવ્યાં છે અને તેની વીગત આપી છે તે માટે કર્ત્તા તે ચોપડીઓના લેખકોનો અત્યંત આભારી છે.

માતા તથા દાયણ માટેની સામગ્રીના કેટલાક બ્લૉકસ વાપરવા આપવા માટે મેસર્સ ઍન. પોવેલની કંપનીવાલા ડા. એ. ઍલ. નાયરનો આ તકે આભાર માનું છું.

છેલ્લે મારા મિત્ર મી. ડોસાભાઇ ફરામજી પંથકી જે વણ આ ચોપડીના પ્રુફો વાંચવા અને તપાસવામાં મદદગાર થઇ પડયા હતા તેવણુનો તથા આ ચોપડી માટે મત આપવા માટે તથા આ શિક્ષણ લેતી સ્ત્રીઓને પોતાની અંગત હાજરીથી વારંવાર ઉત્તેજન આપવા માટે નામદાર લેડી વીંલીગડનનો ઉપકાર માનું છું.

ગજદર મૅનસન
પ્રીનસૅસ સ્ટ્રીટ
મુંબઇ, ૧૯૧૬

કેખસરૂ સોરાબજી પટેલ.

સૂવાવડ અને બાળકની માવજત.

Maternity & Infant Welfare.

સાંકળીયું.

પ્રકરણ ૧ લું.

સ્ત્રીની જનન ઇંદ્રીઓ.

Anatomy of the Female Generative Organs.

વસ્તિપ્રદેશનું વર્ણન-" પૅલ્વીમીટ્રી " (સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગોના માપ લેવાની રીત)—**સ્ત્રીના બહારના ગુપ્ત ભાગો**—" મૉનસ વીનેરીસ "—ઑરસ્ટ—યેાની મૂખ-યેાની પટલ—પિશાબનું છીદ્ર—પૅરીનીયમ, સ્ત્રીની, અંદરની બચ્ચાં પેદા કરનારી ઇંદ્રીઓ—ગર્ભાશય—સ્ત્રીઅંડ—સ્ત્રી અંડનળીકા—માસીક અટકાવ—પિશાબનો ફુકકો—સ્તનં (ધાવણ)

પ્રકરણ ૨ જું.

સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યા છે તે કેમ જાણશો ?

The Diagnosis of Pregnancy.

હમેલના ચિન્હો તથા લક્ષણો—માસીક અટકાવ બંધ થવો—સવારની ઓકારી—બાળકનું પેટમાં ફરકવું—સ્તનમાં, પેટમાં, ગર્ભાશય અને યેાનીમાં થતા ફેરફારો—**હમેલની નીશાનીઓનું કોષ્ટક—બાળકનો જન્મ દિવસ જાણવાની રીત.**

પ્રકરણ ૩ જું.

ગર્ભ રહે ત્યારથી તે બાળક જન્મે ત્યાં સુધીના ગર્ભના જૂદા જૂદા તબકકા.

Fœtus at Different Months.

ગર્ભ શી રીતે ધારણ થાય છે?—જૂદા જૂદા મહિનાનું બાળક કેવું અને કેટલું મોટું હોય છે?—ગર્ભપાતવેળા બાળકની ઉમર જાણવાની રીત-પૂરા મહિનાના બાળકનું વર્ણન-ગર્ભાશય અને બાળક વચ્ચેનો **સંબંધ—બાળકનું માથું પહેલું અવતરે તેનાં કારણો**—છોકરાંનું રહેવું-જૂદી જૂદી અવસ્થામાં અવતરતું બાળક—**બાળકનું ગર્ભાશયમાં મરી જવું અને તેનાં કારણો.**

પ્રકરણ ૪ થું.

હમેલદાર સ્રીની માવજત.

What the Expectant Mother Needs.

ખોરાક-પોશાક-કસરત-કબજીયાત-પિશાબની મૂશકેલીઓ-પરસેવો-મ્હોં તથા દાંતની સંભાળ-નહાવું ધોવું-ઊંઘ-ધાવણની સંભાળ-**મનની હાલતથી બાળકના ઉધરભાવ અને તેની ખુબસરતી પર થતી અસર.** ચેપી રોગ-સ્વામી સંયોગ-હમેલ દરમીઆન વહાડકાપ કરાવવું કે નહિ-ગુહ્ય ભાગોની સફાઈ-**ગર્ભપાત થતો હોય તે સ્રીની માવજત.**

પ્રકરણ ૫ મું.

ગર્ભાવસ્થાના નવ મહિના દરમીઆન થતા રોગો તથા અકસ્માતો.

The Disorders and Accidents of Pregnancy.

અતિશય ઉબકા તથા ઉલટી-તેનાં લક્ષણો અને ઇલાજ-કબજીયાત-અતિસાર- **હમેલની તાણ** (Eclampsia)—મ્હોંમાં ચાલું થુંક આવવી-પિશાબનું બંધ થવું-પિશાબનું ટીપે ટીપે આવવું અને તેનો ઇલાજ-હરસ તથા મસા-પગની કાળી શીરાઓનું ફુલી જવું-લોહીનું પાણી થઇ

જવું–માથા અને દાંતનો દુખાવો અને તેના ઉપાય–ઉજાગરાની બિમારી–નહિ ખાવા લાયક ચીજોનો શોખ (Longings)—સ્રીના પેટનું ઝુલાઇ પડવું અને ચામડીનું તણાઈ જવું–થાનનો સોજો અને તેના ઇલાજ–ઉડતે રેાગ–ગર્ભાશયનું વસ્તિદેશમાં ખૂંચી બેસવું.

પ્રકરણ ૬ ઠું.

ગર્ભપાત અથવા કસુવાવડ.

Abortion and Miscarriage

કસૂવાવડ થવાનાં કારણો–**ગર્ભપાત થતો કેમ અટકાવશો અને થયો હોય તો શું કરશો?** બીજી વેળા બાળક અધુરે પડે નહિ તે માટેના ઉપાયો–**અકસ્માતીક અને બનાવટી ગર્ભપાત**–તબીબ વિદ્યાના આધારે ગર્ભપાતના વિભાગો.

પ્રકરણ ૭ મું.

સૂવાવડખાના અને સૂવાવડનો ઓરડો.

Maternity Home.

આગલા વખતની અને હાલની સૂવાવડ વચ્ચે ફરક–સૂવાવડનો ઓરડો કેવો હોવો જોઇએ–આજનાં સૂવાવડખાનાં–**સ્રી તબિબની જરૂર–સૂવાવડવેળા માતા તથા બાળક માટે રાખવી જોઇતી ચીજોનું વર્ણન**–સ્રીની સૂવાવડ ઘરમાં કેમ કરશો ?

પ્રકરણ ૮ મું.

સૂવાવડમાં રાખવી જોઇતી શ્રેષ્ટ અને સંપૂર્ણ સ્વચ્છતા.

Absolute Surgical Cleanliness.

વીએના શહેરની સુવાવડખાનાનો દાખલો–**સૂવાવડ વેળાની સ્વચ્છતાના નિયમો**–અંદરના ભાગમાં કયારે ડુશ આપવો ?–દાયણે હાથ અને હથિયાર કેવી રીતે સાફ કરવાં ?–દાયણનું કામ કરતી સ્રીઓએ રાખવી જોઇતી ચીજો.

પ્રકરણ ૯ મું.

પ્રસવ એટલે બાળક અવતરવાની ક્રિયા અને તેની માવજત.

The Mechanism and Management of Normal Labour.

પ્રકરણ ૧૦ મું.

સૂવાવડમાં દાયણની ફરજ.

પ્રસૂતિ પછી માતાની માવજત કેમ કરવી?

Management of the Mother during the Lying-in-Period.

પ્રકરણ ૧૧ મું.

સૂવાવડમાં થતી બિમારીઓ અને અકસ્માતો.

The Disorders and Accidents after Labour.

ઉલટું થવું-રક્તસ્ત્રાવ-હસ્તાન છૂટી જાય તેની સારવાર-ઑરનું પહેલું આવવું. બાળકના જન્મ પછીનેા રક્તસ્ત્રાવ—ગર્ભાશયનું ચીરાઇ જવું- **ગર્ભાશય ચીરીને બાળકને જન્મ આપવાની રીત.**

પ્રકરણ ૧૨ મું.

જોડ બાળક.

Multiple Pregnancy.

જોડ બાળક જણવાના કારણેા-જોડ છેાકરાં કેવી રીતે જન્મે છે. પાંચથી છ બાળકને જન્મ આપનારી સ્ત્રીએા-રાક્ષસી બાળકેા (Monsters)

પ્રકરણ ૧૩ મું.

તુરતના જન્મેલા બાળકની માવજત.

Care of the New-born Infant.

જન્મેલા બાળકને કેમ નહવડાવશેા ?-કયેા સાબુ વાપરશેા ?-પેટપર પાટેા બાંધવેા-મળમૂત્રથી બાળકનેા બચાવ કરવેા-બાળકનાં કપડાં કેવાં જોઇએ-પહેલું ધાવણ ક્યારે આપશેા ?-બાળકને બિછાને સુવાડવું વગેરે.

પ્રકરણ ૧૪ મું.

અધમુઆ (અસીસલાં) બાળકને કેમ જીવાડશેા ?

Premature and Delicate Infants.

બાળક મૂવેલું જન્મેલું છે કે કેમ તે દાયણ કેમ જાણશે ?-જન્મેલા બાળકના દમનું રૂંધાઇ જવું અને તેનાં કારણેા-તેવા બાળકને સજીવન કરવાના ઉપાય શા લેશેા ?-તુર્તના જન્મેલા બાળકના રેાગ અને અકસ્માતેા

પ્રકરણ ૧૫ મું.

માતાનું ધાવણ.

Breast Feeding.

માતાનું દૂધ સર્વોત્તમ અને સંપૂર્ણ ખેારાક છે તેના પૂરાવા-માતાનું

દૂધ ક્યારે આવે છે-પહેલું દૂધ, તેની ખુબીઓ અને તેથી માતા તથા બાળકને થતા ફાયદા-**બાળકને ક્યારે અને કેવી રીતે ધાવણ આપવું?** ધવાડનારી માતાનો ખોરાક-થાન અને બોટણીની સંભાળ-**બાળકને ધવાડવાના વખતનો કોઠો**-બાળક ક્યારે રડે છે?-બચ્ચાંના મ્હોંમાં માતાએ ધાવણ કેવી રીતે આપવું?-બાળકને કેટલો વખત ધવડાવવું જોઇએ?-માતાનું દૂધ બાળકને માફક આવે છે કે નહિ તે કેમ જાણશો? **બાળકના ઓરડામાં ઘડીઆળ તથા વજન તોલવાના યંત્રની જરૂર**-ધાવણ આપવાની મૂસ્કેલીઓ-માતાનું દૂધ ખરી રીતે ક્યારે નહિ આપવું જોઇએ? ક્યારે ધાવણ છોડાવશો?-વધારે મહિના ધવડાવવાના ગેરફાયદા.

પ્રકરણ ૧૬ મું.

ઉપરના બનાવટી દૂધપર બાળકને કેમ ઊછેરશો?

Artificial Feeding and Patent Foods.

માતાના દૂધની પરિક્ષા-માતાના દૂધની ગાય તથા ભેંસના દૂધ સાથે સરખામણી-ઉપરનું દૂધ આપવાની રીત-ગાયનું દૂધ માતાના દૂધની જગા કોઇ રાખી શકે નહિ માતાનું પહેલું દૂધ (Colostrum)-દૂધ કાચું આપશો કે ગરમ કરીને?-દૂધને ગરમ કેમ કરશો?-દૂધની બાટલીને સાફ કરવી-દૂધનો સ્ટેનડરડ કેમ પારખશો? દૂધની ડેરી-જૂદા જૂદા પેટંટ ફુડ અને તેની બનાવટ.

પ્રકરણ ૧૭ મું.

બાળકનો ઉધરભાવ દેખાડનારો સૂચકપત્ર.

Mile-stones in Children.

બાળકના જન્મ વખતની નોંધ અને તેની જીંદગીના જૂદા જૂદા તબક્કા-અને તે વેળાના બનાવો દેખાડનારૂં રૅજીસ્ટર.

પ્રકરણ ૧૮ મું.

બાળકોનાં સાધારણ દરદો.

Simple Ailments of Infants.

દાંત કયારે અને કેવી રીતે ફુટે છે?-તે વેળાની માવજત-ઉપલ્યું, તેનાં કારણો અને તે કેમ પિછાનશો ?-શીતલા અને તેની સામે બચાવ કેમ કરશો ?-ગૌશીતલાની તવારીખ-બાળકના મૂકાવેલા સહીયડની તપાસ-બાળકને સહીયડ કયારે નહિ મૂકાવવા?-સહીયડને લગતી બેહુદી વહેમી રસમો-ગોવરૂં, તેના લક્ષણો અને ઉપાય-કબજીયાત-પેટ લાવવાની દવા-અતિસાર સામે રક્ષણ કેમ કરશો? મરડો-ઉલટી-પેટમાં થતી ચુંક-પેટનું ફુલી જવું-અને તેનો ઇલાજ-આંબળ-કરમ-તેની જાત અને તેના કારણો-બાળકને કરમ થાય છે તે કેમ જાણશો-બાળકનું મ્હોં આવવું-તેની માવજત-ગળસૂણું તેના ઉપાય-સસણી અને તેનો ઇલાજ-કુકડીયા ખાંસી દમની નળીની પીડા-ગળાના કાકડાનો સોજો (Tonsilitis)-અસ્થિદોષ (Rickets) કેમ પારખશો અને તેવા બાળકની માવજત-જુ, તેની જાત અને ઇલાજ-ધડ-દાંતને કોહી જતાં કેમ અટકાવશો ?-દાંત કોહી જવાનાં કારણો-દાંતમાં પરૂ અને તેના ઇલાજ.

પ્રકરણ ૧૯ મું.

માંદા બાળકની માવજત.

Nursing of Sick Children.

બાળકના ચહેરાપરથી રોગની તપાસ-પારકા બાળકની સારવાર, બગડેલી હવા, ઓરડામાં ઘોંઘાટ-ધુમાડો-દવા કેવી રીતે આપવી-હલકો ખોરાક-ઝાડો પિશાબ-બાળકની નાડ-બાળકનું રડવું-તબીબના ફરમાન, બચ્ચાને મજબુત કેમ બનાવશો ?-બાળક શરીરે ભરાતું ન હોય તો શું કરશો ?-મોટું બાળક બિછાને પિશાબ કરે તો શું કરશો ?

પ્રકરણ ૨૦ મું.

બાળકને થતા અકસ્માતો અને તેના તાત્કાલિક ઉપાયો.

First Aid in Children

અકસ્માતનાં કારણો–જખમની સારવાર–નાકની નસકોરીનું ફુટવું. બાળકનાં કપડાં એકાએક સળગી ઉઠે તો શું કરવું? આંખ, કાન, અને નાકમાં કચરો અને નાના જીવજંતુનું જવું–કુતરૂં કરડે તો શું કરવું? મધમાખ અને વીછુંનો દંખ–બાળાગોળીનું ઝેર કેમ ઉતારશો? બચ્ચું બેશુદ્ધ થાય તો શું કરશો?

પ્રકરણ ૨૧ મું.

માતાની ફરજ.

Mother's Duty.

બાળકના ભાગ્યની સોનેરી ચાવી–આયા તથા નોકરો કેવા જોઇએ–બાળક આગળ ભુત તથા દાકણની વાત–બાળકને ઠપકો–બાળકના અંગપર ઘરેણા–નિશાળે કયે વરસે મૂકશો?–ખાનગી શીક્ષકો–તોતડું બોલતા બાળકને કેમ સુધારશો?–સ્ત્રી કેળવણી–નમૂનેદાર માતા કેમ બનશો?—

પ્રકરણ ૨૨ મું.

ઘરગતુ ઉપાયોનું વર્ણન.

Things to remember.

ઇંગ્રેજી અને દેશી તોલ–દવા આપવાની રીત–નાડી–શ્વાસોશ્વાસ–બાળક ઉમર પ્રમાણે કેટલા કલાક ઊંઘાય છે–બાળકની ગરમી–'પેપટોનાઇઝડ દૂધ'–' લાઇમ વૉટર ' રસકપુરનું પાણી–કારબૉલીક લોશન ' જુલાબ–અલસી અને ગોખરૂની ચાહ–" બારલી અને આલબ્યુમીન વોટર "–છાશ–કઇ બિમારીમાં ગરમ પાણીમાં બેસાડવું–બાળકને ઝાડાની પીચકારી આપવાની રીત–સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગનો ડુશ.

પ્રકરણ ૨૩ મું.

બાળકમાં દીસતી કુદરતી ખોડખાંપણો.

Congenital Deformities.

કુદરતી ખોડખાંપણના કારણો અને તેના ઉપાય-વળગેલી જીભ-ચીરાયલો હોઠ-છાતીના હાડકાનું બહાર આવવું-ઝાડાના માર્ગની ગેરહાજરી-બાડું બાળક (Squint)-આંગળાઓની ખોડખાપણ-૨૪ આંગળાંવાળું બાળક-ફેફરું-પગની ખોડખાપણ-વાંકી ડોક અને તેના ઈલાજ.

પ્રકરણ ૨૪ મું.

દેશી દાઇઓ તથા અજ્ઞાન લોકોમાં ચાલતા વ્હેમો અને હાનિકારક રિવાજો.

Superstitious Customs and Harmful Practices amongst Dais (native midwives) & illiterate people.

આગલી અને હાલની સુવાવડ—

અણઘડ દાઇઓ-સ્વચ્છતાની ગેરહાજરી-યોનીમાં આંગળી નાખી તશીયો ફાડી નાંખવો-ઑારને ખેંચવી વગેરે-સુવારોગ અને અમૂલ્ય જાનોની ખુવારી.

પ્રકરણ ૨૫ મું.

વાંઝીયાપણું.

Sterility in Women.

વાંઝીયાપણાનો શ્રાપ-તેનાં ચૈાદ કારણો-અને તેના ઉપાય.

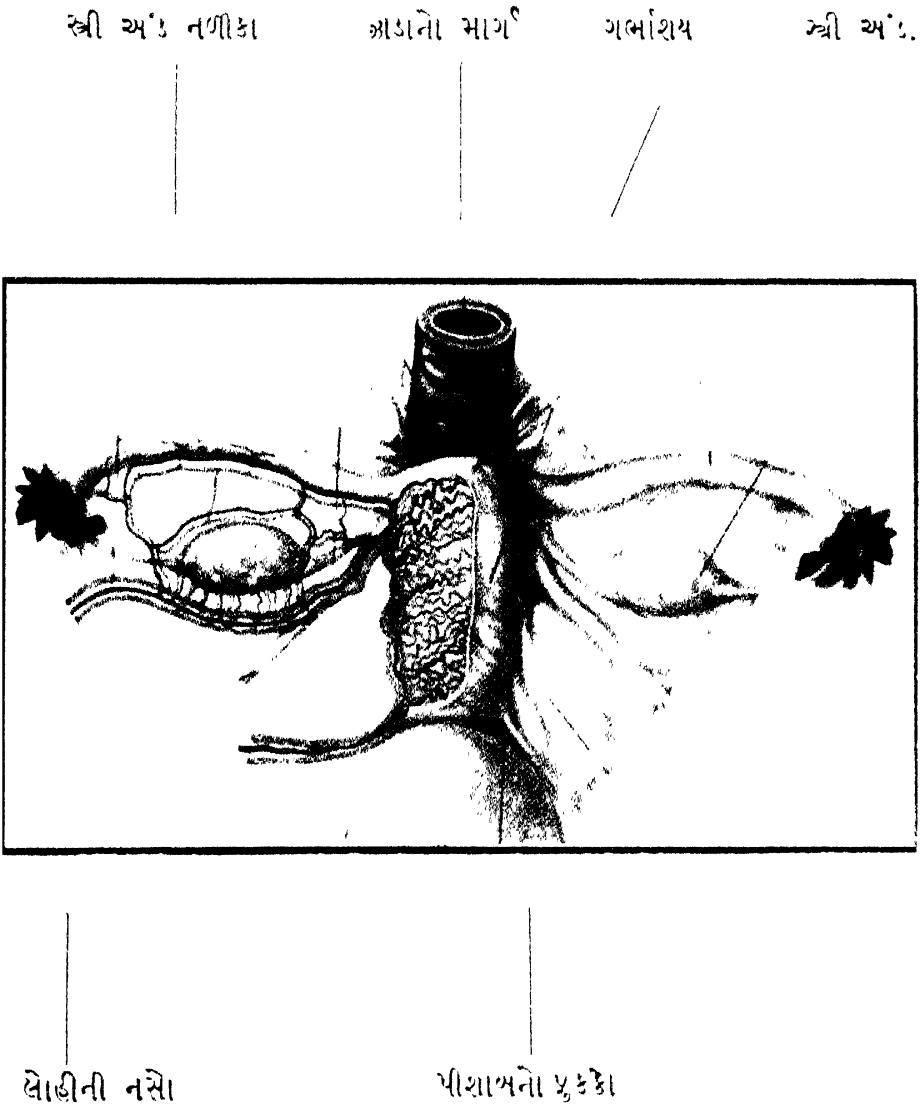
પ્રકરણ ૨૬ મું.

બાળકનો જન્મ તથા મરણની નોંધ.

Vital stastistics.

જન્મ મરણની નોંધથી થતા ફાયદા-શિતલાનો ફરજીયાત કાયદો-બાળકનું મરણ પ્રમાણ વધારે હોવાનાં કારણો.

ચિત્રોનું સાંકળીયું.



(ચીત્ર ૨ જું.)

સ્ત્રીના અંદરની બચ્ચાં પેદા કરનારી ઇંદ્રીઓ.

સૂવાવડ અને બાળકની માવજત.

પ્રકરણ ૧ લું.

સ્ત્રીની જનન ઇંદ્રીઓ.

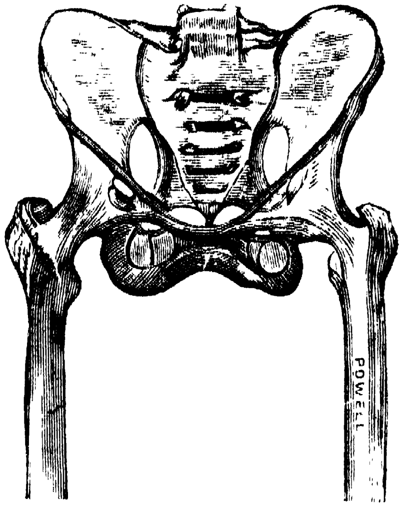
Anatomy of the Female Generative Organs.

આદમીની શરીરની રચનામાં સર્વથી ઉત્તમ અને સંપૂર્ણ બનાવટ જો કાંઇપણ હોય તો તે સ્ત્રી જાતને બક્ષેલી પેદા કરવાની ભેદી શક્તિ છે. સ્ત્રીની આ જનન ઇંદ્રીઓના ગુણદોષ અને ખાસ પ્રસવક્રિયા (સૂવાવડ) સમજવા માટે સ્ત્રીના ગુહ્યભાગોની માહીતી અવશ્યની છે. દરેક સ્ત્રી ગમે એવી કુશળ યા શીખેલી હોય પણ તેણી આખરે માતા થવાને માટે સરજાયલી હોયાથી તેણીને માટે જનન ઇંદ્રીઓનું થોડુંક જ્ઞાન જરૂરનું છે.

સ્ત્રીના ગુહ્ય ભાગો પેટની નીચે કમ્મર અને જાંગની વચ્ચે પેડુ અંદર આવેલા છે. આ ભાગને **વસ્તીપ્રદેશ** (Pelvis) કહે છે. (ચીત્ર ૩ જું). તે ઊંડી કુંડી જેવો

હોય છે. એના બે ભાગ કીધેલા છે. અંદરના ભાગમાં ગર્ભાશય, સ્ત્રીઅંડ, પિશાબનો કુકકો, મૂત્રાશય અને યોનીનો સમાવેશ થાયછે. બહારના ભાગમાં સ્ત્રીના બહારના ગુહ્યભાગો હોય છે. વસ્તિપ્રદેશ એક બેડોળ આકારનું હાડપિંજર છે. નીચે તે બે જાંગ સાથે સંબંધ ધરાવે છે. આગળ પેટનો ભાગ અને પાછળ બરડાની કરોડ તે પર ટકી રહેલાં છે. એ ચાર જૂદાં જૂદાં હાડકાંનું બનેલું છે. પાછળ એક પૂઠનું હાડકું છે, જે ઉમ્મરે પુગેલાં માણસમાં પાંચ મણકા એકમેક સાથ જોડાઇ જઈ એક બનેલું હોય છે. તેની નીચે પૂંછડીનું હાડકું ચાર ઝીણા મણકાનું છે. **પ્રસુતીની વખતે** આ પૂછડીના અને પૂઠના **હાડકાના સાંધા જરા ઢીલા થાય છે** અને તેમાં હાલચાલ પેદા થયાથી તે સૂવાવડ વખતે પાછળ હઠે છે અને બાળકનો અવતરવાનો માર્ગ મોકળો કરી આપે છે. બે બાજૂએ બે થાપાનાં હાડકાં છે; બાજુએથી અને પાછળથી તેઓ એક પાંખની માફક હોય છે અને હાથ ફેરવતાં તેની જાડી કોર બન્ને બાજુએ લાગે છે. સામસામેનાં બન્ને હાડકાં આગળ મળે છે અને તે ઢેકાની પેઠે બહારથી લાગે છે. એ બે હાડકાંની વચમાં કુમળાં હાડકાંની ગાદી હોય છે. બે પંખા જેવાં હાડકાંની વચમાં આપણું પૂઠનું હાડકું મજબૂત સ્નાયુઓના પટાઓથી મઢાઇ ગયેલું છે.

વસ્તિપ્રદેશના ઉપલા પહોળા અને છાછરા ભાગને **ખોટો વસ્તિપ્રદેશ** (False Pelvis) કહે છે; જ્યારે નીચલા સાંકડા અને વાંકદાર ભાગને **ખરો વસ્તિપ્રદેશ** (True Pelvis) કહે છે. ખોટા વસ્તિ પ્રદેશમાં બાળકનું માથું ગમે તેમ હલાવી શકાય છે. ખરા વસ્તિપ્રદેશમાં બાળકનું માથું એક વખત આવ્યા પછી



(ચીત્ર ૩ જું)
સ્ત્રીના વસ્તિપ્રદેશ.



(ચીત્ર ૪ થું.)
ગર્ભાશય માંહેલું બાળક.

તે હાલતું માલુમ પડતું નથી, કારણ કે આ સાંકડી જગામાં માથું મજબૂત જકડાઇ જાય છે.

વસ્તિપ્રદેશના નીચેના ઢકાઓ ઉપર માંસના લોચાઓ છે અને જ્યારે આપણે બેસીએ છીએ ત્યારે શરીરનો ભાર તે ઉપર પડે છે. સ્ત્રીનો વસ્તિપ્રદેશ પુરૂષના વસ્તિપ્રદેશ કરતાં વધારે પહોળો છાછરો અને હલકો હોય છે.

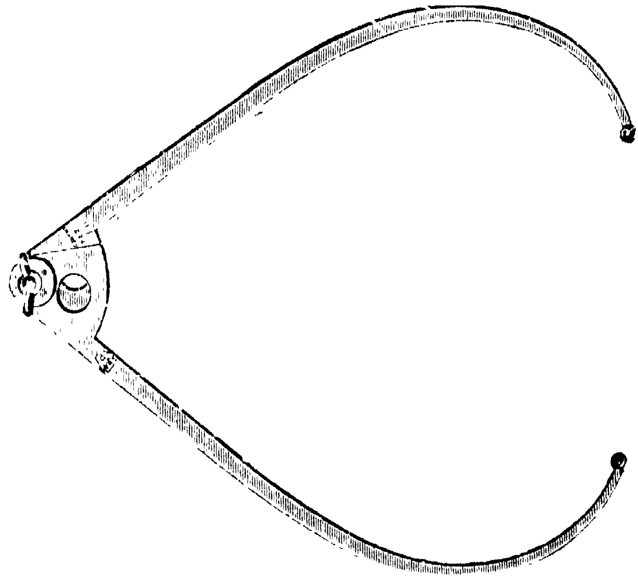
પ્રસૂતીવેળા સામાન્યરીતે બાળકનું માથું મોટી ખુબી-ભરેલી યુક્તિથી બહાર આવે છે અને તેના માર્ગમાં કાંઇ મૂશ્કેલી નડે નહિ તેટલા માટે વસ્તિપ્રદેશના ગાળાનું માપ જાણવાની જરૂર છે. સ્ત્રીના વસ્તિપ્રદેશના ગાળાનું માપ જાણવાની રીતને તબીબી ભાષામાં '**પૅલ્વીમીટ્રી**' (Pelvimetry) કહે છે. કોઇપણ સ્ત્રીના પેડુના હાડકાંનું માપ તેણીના શરીરના બાંધા ઉપરથી નક્કી કરવું સહેલ નથી. એક ઊંચા કદની ઓરતના પેડુનો ગાળો મોટોજ હોવો જોઇએ અને ઠીંગણા કદની ઓરતનો ગાળો નાનોજ હોય એમ સમજવું ભૂલભરેલું છે. તપાસ કરતાં વસ્તિપ્રદેશના બંધારણમાં ખોડ ખાંપણ હોય તો તુરત તબીબનું ધ્યાન તેપર ખેંચવું, નહિતો કેટલીકવાર માતા તથા બાળક બંન્નેનો જીવ જોખમમાં આવી પડે છે. સ્ત્રીના કેટલાક ગુહ્યભાગો શરીરમાં વસ્તિપ્રદેશની અંદર આવેલા હોય છે અને બાકીના ખુલ્લી આંખે દેખી શકાય છે.

સ્ત્રીના બહારના ગુહ્યભાગો.

આ ભાગને **યોની** કહે છે. તેના જૂદા જૂદા વિભાગ નીચે પ્રમાણે છેઃ—

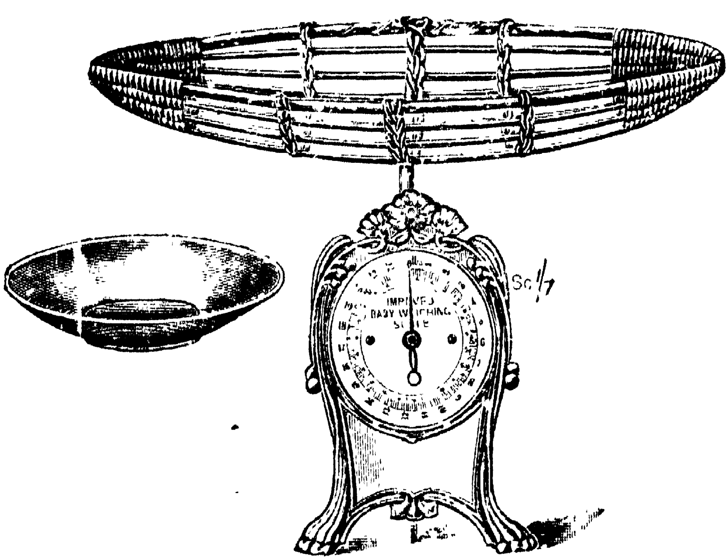
વસ્તિપ્રદેશના આગલા ઢેકાની ઉપર ચરબીનો જમાવ હોય છે અને તેની ઉપર સ્ત્રી જવાનીમાં આવ્યા પછી કેશ આવે છે. આ ભાગને તબીબી ભાષામાં "**મૉન્સ વીનેરીસ**" (Mons Veneris) કહે છે. યોનીની બન્ને બાજુએ બે **ઓષ્ટ** (Labia) છે, બહારના બે મોટા અને, અંદરના બે નાના. અંદરનો નાનો ઓષ્ટ કરચલીવાળો છે. યોનીને આંગળીવડે છટી પાડતાં પ્રથમ એક નાનો માંસનો લોચો જણાય છે અને તેના ઉપલા ભાગઉપર **પિશાબનું છિદ્ર** પરખાઇ આવે છે. સ્ત્રીની પિશાબની નળી લગભગ બે ઇંચ હોય છે. પિશાબના છિદ્રની નીચે અંદરના ઓષ્ટને આંગળીવડે છુટો પાડતાં એક ચીરા જેવું બાકું હોય છે તેને '**યોનીમુખ**' કહે છે. કુંવારી અવસ્થામાં આ યોનીમુખ અથવા યોનીદ્વાર ઉપર એક ઝીણો પદડો હોય છે તે ઘણેભાગે પહેલાજ સંયોગવેળા નાશ પામે છે. આ પડદાને **યોનીપટલ** ('હાઇમૅન') કહે છે. આ પડદાની હસ્તીને સ્ત્રીની કુવારી અવસ્થાની નિશાની માનવામાં આવતી હતી, પણ હવે તેમ વધુવાર માનવામાં આવતું નથી, કારણકે કેટલીકવાર માસીક માંદગી વખતે યા ધકકો લાગ્યાથી અથવા સ્ત્રીને પડેલી કુટેવથી આ પડદો નિકળી જાય છે. જ્યારે કેટલીકવાર સંયોગ થયા છતાં જો પડદો ચીવટ અને મજબૂત હોય તો તે સહેલાઈથી નાશ પામતો નથી.

· યોનીદ્વાર અને ઝાડાના સફરાની વચમાં આશરે દોઢથી બે ઇંચ જેટલી જે ખાલી જગા રહે છે તેને "**પેરિનીયમ**" કહે છે. એ ભાગ બાળકના અવતરવાની વખતે પુષ્કળ તણાઇ જાય છે અને ઘણીવાર ચીરાઈ પણ જાય છે.



(ચીત્ર ૫ મું.)

સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગ અને વસ્તિપ્રદેશનું માપ લેવાનું યંત્ર (પેલ્વી મીટ્રી.)



(ચીત્ર ૬ ઠું.)

બાળકનું વજન તોલવાનું યંત્ર.

સ્ત્રીની અંદરની જનન ઇંદ્રિઓ..

ગર્ભાશય (Uterus) એક પેરના આકારનો અવયવ છે, તે ત્રણ ઇંચ લાંબો, બે ઇંચ પહોળો અને દોઢ ઇંચ જાડો છે. એ અવયવ ચપટો છે અને તે વસ્તિ પ્રદેશમાં પિશાબનો પુકકો અને ઝાડાના માર્ગની વચમાં છે. જ્યારે સ્ત્રી ઊભી રહે છે, તે વેળા તે આગલી બાજુ વસ્તિપ્રદેશની કોર પર-ઢળેલું હોય છે. ગર્ભાશય માંસના સ્નાયુઓનું બનેલું છે. અને તે સ્નાયુઓ જૂદી જૂદી રીતે ગોઠવાયલા હોયાથી તે જૂદીજૂદી રીતે સંકોચાય છે.

ગર્ભાશયના ઉપલા જાડા ભાગને સાધારણરીતે " ગાંઠ " તરીકે ઓળખે છે, અને તેના ખસી જવાને " ગાંઠનું ખસી જવું " કહે છે. નીચલો સાંકડો ભાગ યોનીમાં આંગળી મૂકતાં હાથને લાગે છે. તેને " કમળનું મ્હોં " અથવા 'કમળનું ફૂલ' કહે છે. ગર્ભાશયને ચીરી જોતાં જ્યાં જાડો ભાગ અને સાંકડો ભાગ બન્ને અંદર મળે છે તેને **કમળનું અંદરનું મૂખ** કહે છે. અને યોનીમાંથી જોતાં કમળનાં ફુલની ઉપર આડકતરો ચીરો છે તેને **કમળનું બહારનું મૂખ** કહે છે. (ચીત્ર ૨ જું) ગર્ભાશયનાં ત્રણ પડ છે.

બહારના પાતળા પડને " પેરીટોનયમ " (Peritonium) કહે છે. વચલું પડ સ્નાયુઓનું બનેલું છે. તેના સ્નાયુઓ સર્વે દીશામાં ગોઠવાયલા જણાય છે. અંદરનાં પડમાં દર માસીક માંદગીવેળા ફેરફાર થયા પછી માસીક અટકાવ દેખાવ દેછે. હમેલ દરમ્યાન ગર્ભાશયમાં બાળક નવ માસ સુધી વસવાટ કરે છે અને ત્યારપછી એજ ગર્ભાશય બાળકને જન્મ આપે

છે. ગર્ભાશયના ઉપરના ભાગમાંથી બંન્ને બાજુએ એક ચાર પાંચ ઇંચ લાંબી કવીલપેન જેટલી જાડી નળી નીકળે છે તેને “ ફળવાહીની ” (Fallopian Tube)કહે છે, તેનો એક છેડો ગર્ભાશયમાં ઊઘડે છે અને બીજો છેડો સ્ત્રીઅંડ સાથે સંબંધ ધરાવેછે. આ છેડો છૂટો પુમતાંવાળો છે.

સ્ત્રીઅંડ (Ovary) ગર્ભાશયની બંન્ને બાજુએ ફુલવાહીનીની નીચે સ્નાયુબંધનની વચમાં એક ચપટી બદામ જેવડો અવયવ છે જેની અંદર સ્ત્રીનું બીજ જૂદી જૂદી અવસ્થામાં રહે છે. દર મહિને અંદરનાં બીજ સ્ત્રીબંડની સપાટીપર આવે છે અને ત્યાં ફૂટે છે અને છૂટું પડેલું બીજ ફુલવાહિની મારફતે ગર્ભાશયમાં જાય છે અને માસીક અટકાવવેળા રક્ત સાથ ધોવાઈ જાય છે. પુરૂષ બીજ સાથ સ્ત્રીબીજનો સંયોગ થાય તો સ્ત્રીને હમેલ રહે છે. ગર્ભાશય ફુલવાહિની અને સ્રીઅંડને ટેકવી રાખવા માટે સ્નાયુબંધનનો પડદો હોય છે. જેને તબીબી ભાષામાં “ બ્રૉડ લીગામૅન્ટ ” (Broad ligament) કહે છે.

અટકાવ. (Menses)

જે માસીક માંદગીથી સ્ત્રીજાત દરમાસે પીડાકારી ભોગવે છે તેને **અટકાવ** કહે છે. અટકાવ એ સ્ત્રીઓને ગર્ભ ધારણ કરવા યોગ્ય બનાવનારી શક્તિ છે. જ્યારે સ્ત્રી વેશે આવે છે ત્યારે તેના શરીરના સઘળા અવયવો પૂરેપૂરા ખીલી રહે છે. સામાન્યરીતે **અટકાવ થવાનો વખત** બારથી સોળ વરસની વયની અંદર છે અને તે ઘણેભાગે પીસતાળીસ વર્ષની વયે અથવા તે પછી બંધ થાય છે. સ્ત્રીઓને માસીક માંદગી કેટલી ઉમરે થવી જોઇએ તેનો કાંઇ ચોક્કસ નિયમ નથી. દેશ, હવા અને

સંગત ઉપર તેનો આધારછે. સારા મસાલાદાર ખોરાક ખાનાર, પ્યારના કીસ્સા કહાણીમાં રસ લેનાર, આળસુ અને ઐયાસી સ્ત્રીઓમાં માસીક માંદગી વહેલો દેખાવ દેછે. ગામડાંમાં રહેનાર, સાદો ખોરાક ખાનાર અને સદાચરણી સ્ત્રીઓમાં અટકાવ મોટી ઉમરે આવેછે. અટકાવ ત્રણથી પાંચ દીવસ સૂધી દેખાવ દેછે અને તે દર માસે નિયમિત આવે છે. **અટકાવ આવતા** પહેલા કમરમાં દુખાવો થાયછે, પેડુમાં કળતર થાયછે, કામ કરતાં થાક લાગે છે અને આખા શરીરમાં સુસ્તી આવેછે. પહેલવહેલો અટકાવ આવ્યા પછી સ્ત્રીના શરીરમાં યોગ્ય ફેરફારો જોવામાં આવે છે. તેણીની છાતી ખીલેછે, તેણીનું શરીર ભરાતું જાયછે, તેણી વધારે શરમાળ બને છે અને ટેક અને મર્યાદાથી આસપાસનાઓ સાથે ભેળાય છે.

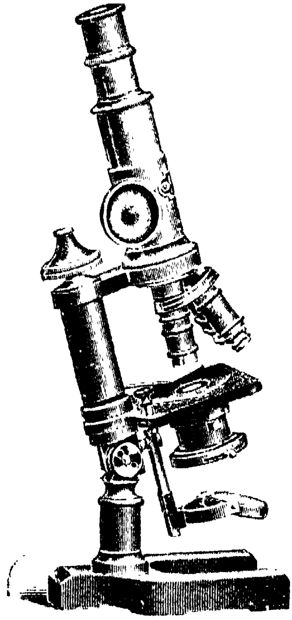
ગર્ભસ્થાનની બારીક નસોમાંથી દર માસે નિકળતું લોહી જેને દસતાનનું લોહી કહેછે તે રાતા રંગનું હોયછે. તે પ્રવાહી લાખના રંગનો અને દાહ, શુળ અથવા કોઇપણ પ્રકારની પીડા વગર નિયમિત આવેછે. દસતાનનું લોહી કદી પણ બંધાઇ જતું નથી, કેમકે તેમાં શરીરમાંના સાધારણ પોષણ આપનારા લોહીની માફક "ફીબ્રીન" (Fibrin) નામનો પદાર્થ હોતો નથી કે જેને લીધે શરીરમાંના બીજા ભાગનું લોહી ઘટ થઇ બંધાઇ જાય. મેલું, ફીકકું, ગંધાતું, બંધાઈ જતાં ગડફાંવાળું દસતાન ગર્ભ ધારણ કરવાના કામમાં નથી આવતું. આવી વેળા તબીબની સલાહની જરૂર છે. સ્ત્રીઅંડમાં આવેલાં ઇંડાં માસીક માંદગી નજદીક આવતાં પૂરેપૂરાં મોટાં થયલાં હોય છે. તે સ્ત્રીઅંડની સપાટીપર આવ્યા પછી ફૂટે છે અને અંડનળીકા

મારફતે ગર્ભાશયમાં આવેછે. આ વેળા જો ગર્ભ રહે તેા ઈંડાં-માં યેાગ્ય ફેરફાર થાયછે. અને સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરેછે. જો ગર્ભ નથી રહેતેા તેા ઈંડાં મરી જઈ લેાહીની સાથે બહાર ધેાવાઇ જાય છે. નામીચા ફીઝીઑલેાજીસ્ટેાનેા મત એવેા છે કે મા-સીક માંદગીની થેાડેા વખત આગમચ, અથવા માસીક માંદ-ગીથી ફારેગ થયા પછી તુરતજ, સ્ત્રીને ગર્ભ ધારણ થાયછે. અ-ટકાવનું નિયમિતરીતે આવવું સ્ત્રીની તંદુરસ્તી માટે ખાસ અવશ્યનું છે. સ્ત્રીઓનાં ઘણાંક સંસારીક દરદેાનું મૂખ્ય કારણ માસીક માંદગીનું અનિયમીતપણું છે. ગર્ભ ધારણ થયા પછી અટકાવ બંધ થાયછે. બાળકને ધવાડતી માતામાં તેમજ શરીર કેાઇપણ રેાગથી નબળું પડી ગયાથી પણ સ્ત્રીને અટકાવ બંધ થાય છે.

અટકાવ વખતે સ્ત્રીએ આસાએશ લેવી, ઘણું ચાલવું હા-લવું નહિ, મસાલાદાર ખેારાક અને ઠંડું પીણું લેવું નહિ. દુ-ન્યાના દરેક ધર્મમાં માસીક માંદગી વખતે રીતી નીતીનાં ખાસ ફરમાનેા હેાયછે. પણ આજે માસીક માંદગી ભેાગવતી સ્ત્રીઓ આરામ લેવાને બદલે અનેક પ્રકારની જીંદગીમાં ગુંટાયલી ફરેછે. તેનાં કડવાં ફળેા તરીકે સંસારીક બીમારીઓથી તેઓ ભવિષ્ય-માં પીડાયછે.

પિશાબનેા કૂકેા.

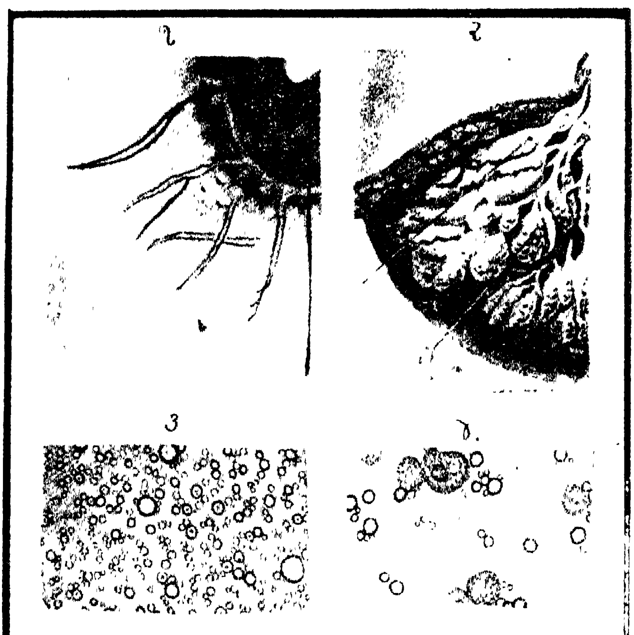
વસ્તિપ્રદેશના આગલા ભાગમાં પિશાબનેા કૂકેા હેાય છે, તે ભરેલેા અથવા ખાલી હેાય તેમ તે કદમાં નાનેા મેાટેા થાય છે. બહુ પિશાબ ભરાય ત્યારે તે ડુંટી સૂધી આવે છે. તેની પાછળ સફરેા છે, અને એની ઉપર આંતરડાં વળ ખાઇને



(ચીત્ર ૧૪ મું.)

સુક્ષ્મદર્શક યંત્ર.

(Microscope.)



(ચીત્ર ૧૫ મું.)

૧. હમેલ દરમયાન માતાના ધાવણના બહારના દેખાવ.
૨ દુધ પેદા કરનારી નળીઓ.
૩. સુક્ષ્મ દર્શક યંત્ર વડે દેખાતું દુધ.
૪. ,, ,, ,, ,, પહેલું દુધ (ચીક).

પડેલાં છે, તે ત્રિકેાણુ આકારનેા છે. પિશાબના કૂક્કા અને સફ્ફ-રાની વચમાં ગર્ભસ્થાન તથા યેાની હેાય છે.(ચીત્ર ૪ થું)સ્નાયુઓને લીધે કૂકકેા સંકેાચાય છે અને તેના સંકેાચાવાથી પિશાબ બહાર આવે છે. પિશાબની નળી (Urethra) સ્ત્રીઓમાં માત્ર દેાઢ ઈંચ લાંબી હેાય છે. પિશાબનું છિદ્ર હમેશાં બંધ રહે છે. જ્યારે પિશાબથી કૂકકેા ભરાય છે અને પિશાબની હાજત થાય છે ત્યારે તે ઉઘડે છે.

સ્તન.

સ્ત્રીને બે સ્તન અથવા થાન હેાય છે, તે સુમારે ચેાથી પાંસળી ઉપર આવેલાં છે. તે અગીઆર બાર વરસની ઉમરે ખીલવા માંડે છે અને પંદર સેાળ વરસની ઉમરે તે નારંગીના કદનાં થાય છે. ધાવણુની ઉપર બેાટણી અને તેની આસ-પાસ એક ઇંચ જેટલું રાતું કુંડાળું હેાય છે. હમેલ દરમ્યાન તેમાં ફેરફાર થાય છે. આ વેળા સ્તન જે સ્વાભાવીક રીતે નરમ ચરબીના લેાચા જેવાં હેાય છે તે કઠણ થાય છે અને તેનું કદ વધે છે. તેનું કુડાળું કાળા રંગનું અને મેાટું થાય છે અને બેાટણીમાંથી ચીકણેા પ્રવાહી પદાર્થ નીકળે છે. દરેક માસીક માંદગી અથવા ગર્ભાશય અને સ્રીઅંડની બિમારી વેળા પણ સ્તનમાં હમેલના જેવા ફેરફાર થાય છે. સ્તન ચીરીને તપાસીએ તેા માલુમ પડશે કે તેનેા મેાટેા ભાગ ચરબીનેા અને કેટ-લીક ગુમખાદાર નળીઓનેા બનેલેા છે. (ચીત્ર ૧૫ મું) તેમની આસપાસ લેાહીની નળીઓના જાળ છે, તેમાંથી દૂધ પેદા થઇને આ નળીઓમાં જાય છે. આ નળીઓ જે પંદરથી વીસ હેાય છે તે બેાટણી ઉપર આવી રહે છે અને તેમાંથી બચ્ચું દૂધ ધાવે છે.

પ્રકરણ ૨જું.

સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યો છે તે કેમ જાણશો?

The Diagnosis of Pregnancy

કેટલીકવાર એક સ્ત્રી હમેલદાર થઇ છે કે નહિ તે જાણવું શરૂઆતમાં મુશ્કેલ થઇ પડેછે. ગર્ભ રહેવાનાં ચિન્હો ન જાણી શકવાથી વારંવાર ભૂલ કરવામાં આવે છે. કોઇકિ વખત કાંઇ દરદ થતાં ગર્ભ રહ્યો છે એમ માની તેની દવા કરવામાં આવતી નથી. આવી ભૂલથી સ્ત્રી મરણ પામેછે.

હમેલનાં ચિન્હો તથા લક્ષણો.

જે નિશાની અને લક્ષણો સ્ત્રી તમોને જણાવે તે પર ઝાઝો વિશ્વાસ મેલવો નહિ. કેટલીકવાર માતા થવાની ઉલટમાં ગમે તેવી નિશાની અને લક્ષણો પર તેણી ધ્યાન ખેંચે છે. તો કોઇવાર પોતાની હાલત છુપાવવા તેણી ખોટે રસ્તે દોરવે છે.

(૧) ખાસ કરીને પરણેલી તનદુરસ્ત સ્રીમાં **માસીક અટકાવ બંધ થાય** એ મૂખ્ય લક્ષણ છે ખરૂં, પણ બીજાં કારણો જેવાં કે પેહડુંમાં સરદી લાગવાથી, ખહી, છાતીના રોગો, લોહીનું કમી થવું, લથડતી દેહ, મનમાં કોઇ રીતની ધાસ્તી તથા ચિંતા વગેરે કારણોથી પણ અટકાવ બંધ થાયછે. ઘણી સ્ત્રીઓ પોતે બચ્ચાંને ધવાડતી હોય તે વખતે પણ તેણીનો માસીક અટકાવ બંધ થાય છે; અને તેવી હાલતમાં પણ તેઓને ફરી હમેલ રહેછે. જો અટકાવ હમેશાં નિયમિત હોય અને સ્ત્રી પરણેલી અને તનદુરસ્ત હોય તો હમેલ રહ્યાથી અટકાવ

બંધ થયોછે એમ જાણવું. તેમ છતાં તે લક્ષણપર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ રાખવો નહિ.

(૨) સવારની ઓકારી (Morning sickness). હમેલ રહ્યા પછી કેટલીકવાર શરૂઆતથી સવારના પહોરમાં બીછાણેથી ઉઠતાં જ ઓકારી તથા ઊબકા આવે છે. જીવ ચૂંથાયા કરેછે, ઉલટી થાયછે, ખાધેલું ટકતું નથી. પહેલા બે ત્રણ મહિના ઉલટી આવી બંધ થઇ જાય છે, તો કોઈ વખત ઓકારી ચાલુ રહે છે અને સ્ત્રી ઘણી હેરાન થાય છે. એ દરમ્યાન સ્ત્રીને મ્હોમાં ચાલુ થૂંક આવે છે અને ખોરાકપર અભાવ થાય છે. કેટલાકોનું માનવું એવું છે કે ગર્ભાશય અને હોજરી વચ્ચે કાંઈક નિકટ સંબંધ હોવાથી એમ બને છે.

(૩) બાળકનું પેટમાં ફરકવું (Quickening)

ચોથા અને પાંચમા મહિનાની વચમાં એટલે અઢારમે અઠવાડિએ બાળક પેટમાં ફરકવા માંડે છે. પહેલવહેલું ફરકવા માંડે છે ત્યારે સ્ત્રીને પેટમાં કંઇક કૂદતું હોય અથવા નાનું પક્ષી પાંખ ફફડાવતું હોય એમ લાગે છે. તે વખતે તેણીને ફેર, ચક્કર કે ઊલટી થાય છે. સ્રીની પહેલી વેત હોય તો આ નિશાનીપર ઘણો વિશ્વાસ રાખવો નહિ, કારણ કે પેટમાં પવન ફરતો હોય તે વખતે પણ ઊપલી લાગણી તેણીને થાય છે. બીજી વેત પછી એ નિશાની સંપૂર્ણ કહેવાયછે. લોકો એમ માને છે કે બાળકમાં ચાર મહિના પછીજ જીવ આવે છે, એ ભૂલ છે. ગર્ભ જે દિવસથી ધારણ થાય ત્યારથીજ તેમાં જીવ હોય છે. જીવ ન હોય તો ગર્ભ મોટો થાય નહિ. ચોથે મહિને તો માત્ર ગર્ભનું ચલણ માતાને માલુમ પડે છે. ભૂખ્યા રહ્યાથી અથવા ચોક્કસ સ્થિતિમાં સુવાથી બાળક હંમેશ કરતાં વધારે

ફરકતું જણાય છે. ગર્ભને જો હાનિ થાય તો બાળક વધુ કે ઓછું ફરકે છે. કોઇ ઇજા પછી તે ઘણું ફરકે છે અને જો ત્યાર પછી ફરકવાનું બંધ થઇ જાય તો તે પેટમાં મરણ પામ્યું છે એમ જાણવું.

દાયણ માટે જાણવાની નીશાનીઓ.

(૪) હંમેલને લીધે **થાનમાં થતા ફેરફારો**–હમેલ રહ્યા પછી બીજે મહિનેથી થાનમાં નીચલી નિશાનીઓ માલુમ પડે છે. શરૂઆતમાં થાનમાં શુળ (ચસકા) મારેછે. તે મોટાં અને કઠણ થાયછે અને તેમનું મ્હોંડું કાળાશ પકડેછે. તપાસ કરતાં તેમાં બંધાઇ ગયલી નાની ગાંઠો દીસેછે. બોટણી કઠણ થઇ બહાર નીકળે છે અને તેની આસપાસનું કુંડાળું વધારે ઘેરા રંગનું થાયછે. થાનની ઊપરની મોટી કાળી શીરાઓ ફુલી આવેછે. તેની ઊપર ઝીણા મોતીના દાણા જેવાં દસ અથવા પંદર બિંદુઓ ઊપસી આવેલાં ખુલ્લાં દીસેછે. તેજ પ્રમાણે રૂપેરી લાંબી લીટીઓ પણ દીસેછે. (ચીત્ર ૧૫ મું) ત્રીજા મહીના પછી સફેદ ચીકણો પ્રવાહી પદાર્થ થાન દાબતાં નિકળે છે. હંમેલના છેલ્લા દિવસોપર તે દાબી જોતાં ચીકણો ઘાડો પ્રવાહી નિકળેછે; પાંચમા મહીના પછી બીજો કાળો ભુરારંગનો ઘેરાવો દીસેછે, તે સંપૂર્ણ હંમેલની નિશાની છે; પણ એ વખતે હંમેલની ખાતરી થઇ ગયલી હોવાથી એની વધુ વાર જરૂર પડતી નથી.

(૫) **પેટમાં થતા ફેરફારો.**—તપાસ કરતાં પહેલા બે મહિના પેટ જરાએ ઊંચું થતું નથી કારણ કે ગર્ભાશય ગર્ભના ભારથી નીચે વસ્તિદેશમાં ઊતરી ગયેલો હોવાથી પેડુ અને ડુંટીની વચ્ચેનું પેટ તદન સપાટ માલુમ પડે છે. ત્રીજે મહિનેથી પેટ ઊંચું થવા માંડે છે અને છઠ્ઠે મહિને ડુંટીનો ખાડો

પુરાઇ સપાટ થઇ જાયછે, સાતમે મહિને ગર્ભાશય ડુંટીથી ઊ-પર ચઢેછે. પેટ ઠોકી જોતાં અને તપાસ કરતાં તેમાં એક મોટી ગાંઠ હોય એમ દીસેછે. હાથ ફેરવતાં બાળકના અવયવો માલુમ પડી આવેછે. પાંચમા મહિના પછી ડુંટી નીચે કાન મૂકી સમ-જશો તો બાળકના હૃદયના ધબકારા સમજાશે. એક મિનિટમાં સુમારે એકસોવીસ વખત બાળકનું હૃદય ફરેછે. કેટલીક વાર ગર્ભાશયની ધોરી નસો અને કાળી શીરાઓમાં જોરમાં ફરતા લોહીનો અવાજ અને હાલચાલ સંભળાય છે.

(૬) ગર્ભાશય અને યોની માર્ગમાં થતા ફેરફારો. ગર્ભાશયનો બોજો કાળી શીરાપર પડયાથી યોની માર્ગનો અંદરનો ભાગ જે ગુલાબી રંગનો હોય છે તે ઘેરો જાંબુડા રંગનો થાય છે. યોની માર્ગમાં આંગળી મૂકી તપાસતાં ગર્ભાશય મોટો થયલો દીસે છે. ગર્ભાશય જે પેરના આકારનો હોય છે તે પહેલા ત્રણ મહિના ગોળ દડા જેવો થઇ જાય છે. કમળના મ્હોંડા થી તે ગળા સુધીનો ભાગ નરમ થઇ જાય છે. ત્યારપછી કમળના મ્હોંની બંને ધાર પાતળી અને નરમ થાય છે અને હાથ લગાડતાં મખમલના જેવી પોચી લાગે છે. કમળના મ્હોંપર હાથ લગાડયાથી ગર્ભ રહ્યા છે એમ કહી શકાય છે. (Hegar's Sign)

તપાસ કરતાં કમળનું મ્હોં કઠણ અને લાંબું જણાય તો તે સ્રીને હમેલ નથી એમ જાણવું.

(૭) કમળના મ્હોં ઉપર બે આંગળાં રાખી તે ઊપર આંચકો મારવામાં આવે તો ગર્ભાશયમાં પાણીની કોથળીમાં રહેલું બાળક ઊપલી તરફ હઠી જઇ પાછું તરત એજ આંગળા ઊપર ટપ દઈને પડે છે. (Internal Balotement)

હમેલની નિશાનીઓનું કૉષ્ટક.

નીશાનીઓ.	કયે વખતે માલુમ પડેછે	
(૧) અટકાવનું બંધ થવું............	ગર્ભ રહ્યા પછી તરતજ.	સંપૂર્ણ ભરૂસા લાયક ચોક્કસ નીશાનીઓ
(૨) બાળકના હૃદયનું સંભલાવું....	૧૮ મા અઠવાડિયા પછી.	
(૩) બાળકના અવયવોનું માલુમ-પડવું	છેલ્લા ચાર મહિના.	
(૪) થાનમાં થતા ફેરફારો...........	બીજા મહિના પછી	
(૫) યોની માર્ગના અંતરપડના રંગનું બદલાવું	....	સંભવીત નિશાનીઓ
(૬) કમળનું મ્હોં અને ગળાનું નરમ મખમલ માફક થઇ જવું.·	....	
(૭) ગર્ભાશયનું દીવસે દીવસે મોટું થવું.	....	
(૮) ગર્ભાશયનું વારંવાર કઠણ અને નરમ થવું	....	
(૯) કમળના મ્હોંપર ઠોકા મારતાં બચ્ચાનું હાથને લાગવું.	....	
(૧૦) બાળકનું ફરકવું.	....	
(૧૧) ઊલટી તથા છાતીપર દાહ બળવી.	....	

બાળક ક્યારે અવતરશે ?

Date of Delivery.

ક્યારે ગર્ભ છૂટશે તે દિવસની ગણતરી માટે સ્ત્રીઓ કેટલીકવાર ઈંતેજાર રહે છે. પૂરા નવ મહિના અને ૧૦ દિવસ થશે નહિ ત્યાં સુધી બાળક અવતરશે નહિ પણ કેટલીકવાર ૨૮૦ દીવસ કરતાં વધારે અથવા ઓછા દિવસે પ્રસવ થાય છે.

બાળકના જન્મનો દિવસ જાણવાની ત્રણ રીત.

(૧) માસીક અટકાવ બંધ થાય ત્યારથી હમેશની મૂદતની ગણતરી કરવામાં આવે છે. પણ કેટલીકવાર કોઇ સ્ત્રી છેલ્લી દૂર ક્યારે બેઠી તે ભૂલી જાય છે. એક સ્ત્રી બાળકને ધવાડતી હોય તે વખતમાં બીજો ગર્ભ રહ્યો હોય અથવા માત્ર ધવાડવાથી અટકાવ બંધ થયો હોય એવી વખતે ગણતરીમાં ભૂલ થવાનો વધુ સંભવ રહે છે. ગર્ભવંતી સ્ત્રી છેલ્લીવાર દૂર બેસી નાહે છે તે દિવસથી તેણીને ગર્ભ રહ્યો છે એમ માની ત્યારથી ત્રીસ દીવસના એક માસના હીસાબે નવ મહિના અને દશ દિવસ ગણવા.

બીજી રીત.—છેલ્લીવાર અટકાવ શરૂ થયો તે તારીખમાં ૭ દીવસ ઊમેરવા અને તે તારીખથી ત્રણ મહિના પાછળ ગણવા. દાખલા તરીકે ત્રીજી જુને અટકાવ શરૂ થયો તેમાં સાત દિવસ ઊમેરીએ તો તા. ૧૦મી જુન થઇ, તા. ૧૦ મી જુનથી ત્રણ મહિના પાછળ ગણીએ તો તા. ૧૦મી મારચ અથવા તેની આગળ પાછળના દિવસમાં બાળકનો જન્મ થશે.

(૨) બાળકના ફરકવાપરથી ગણતરી કરવાની રીત.

આગળ જણાવ્યું છે. તેમ ઘણુંકરી બાળક અઢારમે અઠવાડીએ ફરકવા માંડે છે અને જો તેમાં બાવીસ અઠવાડિયાં ઉમેરીયે તો લગભગ તે અઠવાડિયામાં બાળકનો જન્મ થશે. પણ બાળક પહેલું કયારે ફરકયું તે માલુમ નહિ પડે તો નીચલી- ત્રીજી રીતે દાયણ યા તબીબ ગણતરી કરી શકેછે.

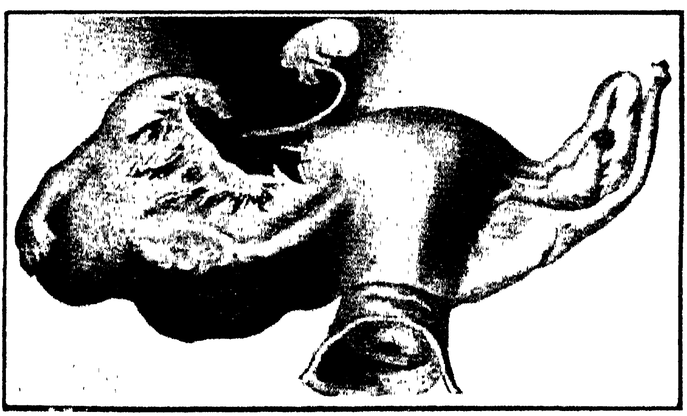
(૩) ગર્ભાશયની ઊંચાઇ ઉપરથી ગણતરી કરવાની રીત.

ગર્ભાશય.

બીજા	મહિનાની	આખરીએ	એક નારંગી જેવો મોટો હોયછે.
ત્રીજા	,,	,,	જન્મેલાં બાળકનાં માથાં જેવડો હોય છે.
ચોથા	,,	,,	ડુંટીને પેડુની વચમાં હોયછે.
પાંચમા	,,	,,	ડુંટીથી બે આંગળ નીચે હોયછે.
છઠા	,,	,,	ડુંટી આગળ હોયછે.
સાતમા	,,	,,	ડુંટીથી ત્રણ આંગળ ઉપર હોયછે.
આઠમા	,,	,,	સીપીનાં હાડકાં અને ડુંટીની વચમાં હોય છે.
નવમા	,,	,,	સીપીના હાડકાં આગળ હોય છે
દશમા	,,	,,	તે પાછું આઠમા મહિનાની જગા આગળ આવીને રહે છે.



(ચીત્ર ૭ મું.)
બીજા, ત્રીજા, અને ચોથા મહિનાનું બાળક.



(ચીત્ર ૮ મું.)
ગર્ભાશયની બહાર વસવાટ કરતું બાળક.
Extra-uterine Pregnancy.

પ્રકરણ ૩ જું.

ગર્ભ રહે ત્યારથી તે બાળક જન્મે ત્યાં સુધીના ગર્ભના જૂદા જૂદા તબક્કા.

(Fœtus at the different months)

ગર્ભ શી રીતે ધારણ થાય છે તેની આપણે પ્રથમ તપાસ લઇશું. સ્ત્રીના પેટમાં ગર્ભાશય નામનો ખાસ અવયવ હોય છે, જેમાં બાળક નવ માસ સૂધી રહેછે. તેની આસપાસ બે બાજુ સોપારી જેટલી મોટી અને ચપટી ગાંઠ હોય છે જેને સ્ત્રી અંડ કહે છે. આ ગાંઠમાં સ્ત્રીબીજ તૈયાર થાય છે. સ્ત્રી બીજ અને પુરૂષનું વિર્ય એ બન્નેનો મેળાપ અંડ નળિકામાં થાય છે અને તેના ભેગા સમાગમથી ગર્ભ પ્રથમ હસ્તીમાં આવે છે. ત્યાર પછી તે ગર્ભસ્થાનમાં જઇ નવ માસ વસવાટ કરે છે. ત્યાં બાળકનો આકાર અને તેમાં વધારો થવાની તૈયારી થાયછે.

કેટલીકવાર સ્ત્રીઅંડ અને ગર્ભાશયની વચ્ચેની અંડ નળિકામાંજ ગર્ભ વસવાટ કરવા માંડેછે તો તે ગર્ભને **ગર્ભાશયની બહાર ગર્ભ રહેલો કહે છે.** (Extra-uterine Pregnancy) એવા સંજોગ વચ્ચેના હમેલની ખબર જો અગાઉથી માલુમ પડતી નથી તો તે ગર્ભ મોટો થવા માંડે છે અને ત્યાર પછી અંડ નળીકા ફાટી જઇ ગર્ભ પેટમાં છૂટો પડે છે. (જુઓ ચીત્ર ૮ મું). સ્ત્રીને માટે તે જીવ લેણુ પરિણામ લાવે છે. બચ્ચાંની ઉત્પત્તિને માટે નજર કરીશું તો માલુમ પડશે કે પુરૂષ પદાર્થ

નાના કીડા જેવા જીવડાનો બનેલો છે અને તેમાં મ્હોં અને પુછડી દીસે છે. સ્ત્રીનું બીજ નાની ગોળ દડી જેવડા અણુંઓનુ (Cell) બનેલું હોય છે અને તેમાં ઇંડાં માફક દાળ અને સફેદી હોય છે. પુરૂષના વિર્યની નાની રજકણ જેને પુરૂષબીજ (Sperm cell) કહે છે તે સ્ત્રીના બીજ સાથે આમેજ થાય છે ત્યારે ગર્ભ ઉત્પન્ન થાય છે અને તે ગર્ભાશયમાં ચીટકી બેસે છે ત્યારે હમેલ રહ્યો એમ કહીએ છીએ.

જન્મ આગમચ બાળક પોતાની માતાના ગર્ભસ્થાનમાં પહેલ વહેલું એક સોયની અણીથી પણ નાનું હોય છે. પ્રાણી માત્રની પહેલી શરૂઆત ઇંડાંથીજ થતી હોય એમ જણાય છે. બીજા અઠવાડિયામાં તે ઇંડું ગર્ભાશયની બાજૂમાં અંદરથી ચોંટે છે, અને તેની આસપાસ ઈંડાને ઢાંકવા માટે એક બારીક પારદર્શક પડ ચારે તરફ ફરી વળેછે.

ત્રીજા અઠવાડિયાની શરૂઆતમાં જરા જરા આકારો ફુટવા માંડે છે.

પહેલે મહિને શરૂઆતમાં ઇંડું એક નાના જેલીના લોચા જેવું હોય છે; ત્યાર પછી એક પારદર્શક ફુક્કા માફક દીસે છે. એક માસની આખરીએ તે ગર્ભનું ઇંડું કબૂતરના ઈંડા જેવડું અને તેની અંદરનો ગર્ભ $\frac{1}{4}$ ઇંચ લાંબો અને નાના જાડા વાંકા વળેલા કીડા માફક હોય છે. આ વખતે ભવીષ્યના બાળકનું માથું શરીર કરતાં મોટું હોય છે. હાથ પગના આકાર ખીલવા માંડે છે અને તેની આંખોની જગાપર બે કાળાં ટીપકાં નજરે પડે છે. ચાળીસ દિવસનું આપણું આ બાળક લંબાઇમાં વધીને એક ઈંચ થાય છે.

બીજે મહિને જે હાથપગો માત્ર ઝાડના ફણગા માફક હતા તે ખુલ્લા ખીલી નીકળેલા દીસે છે. આંખનાં પોપચાં માલુમ પડે છે અને આંગળીઓ એકએકથી છૂટી પડે છે. મ્હોડાની દાબડી ફાટવા માંડે છે અને નાક સહેજ ખીલતું જણાય છે. આ વખતે પુકકો મોટો થઇ મરઘીના ઇંડા જેવડો થાયછે.

ત્રીજે મહિને પુકકો નારંગી જેવડો અને અંદરનો ગર્ભ ત્રણ ઇંચ લાંબો હોય છે. વજન છ થી દશ તોલા હોય છે. મ્હોડાની દાબડી અને આંખનાં પોપચાં બરોબર ખીલેલાં પણ બંધ હોયછે. નાકનાં ફીફરાં અને કાનની નળી સાફ જણાય છે. (ચીત્ર ૭ મું)

જનન ઇંદ્રિનો આકાર બહાર ફુટવા લાગે છે પણ તેની જાતી ઓળખાતી નથી. આ વખતે ઑર(Placenta) બનવાની શરૂઆત થાય છે.

ચોથે મહિને ગર્ભ સડાપાંચ ઇંચ લાંબો અને વજનમાં અરધો શેર હોય છે. ચહેરા ઊપર કરચળી પડેછે. ચામડી કઠણ અને ગુલાબી રંગની હોય છે. માથાની ખોપરીમાં વાળ દેખાય છે. માથું અને કાળજું (Liver) શરીરના પ્રમાણમાં મોટાં હોય છે. આ મહિનાની આખરીએ બાળકની જાતી ઓળખાય છે અને જનન અવયવો આકારમાં વધેલા માલુમ પડેછે.

પાંચમે મહિને ગર્ભની લંબાઇ વધીને દશ ઇંચ જેટલી અને બાળકનું વજન એક રતલ જેટલું થાય છે. માથાની ખોપરીના સાંધા ખૂલ્લા હોય છે અને તે પર વાળ ઉગેલા દીસે છે. નખ ફુટવા માંડે છે અને હવે ગર્ભ પેટમાં ફરકતો હોય એવું માતાને લાગે છે.

છઠ્ઠે મહિને જેમ બાળક મેાટું થતું જાય છે તેમ તે ઝડપથી વધવા માંડે છે. છઠ્ઠો માસ પૂરેા થતાં બાળક લંબાઇમાં બાર ઇંચનું અને વજનમાં બે રતલ થાય છે. હાથ અને પગનાં આંગળાં ઉપર નખ બંધાયલાં માલુમ પડે છે. છઠ્ઠે મહિને જન્મેલું બાળક બહુ ધીમે ધીમે શ્વાસ લેછે અને થેાડેા વખત સહેજ રડયા પછી થેાડા કલાકમાં મરણ પામે છે. આંખનાં પેાપચાં હજી બંધ હેાય છે.

સાતમે મહિને શરીરના સઘળા ભાગેા લગભગ પૂરે-પૂરા ખીલી રહે છે. આંખનાં પેાપચાં છૂટાં પડવા માંડે છે. લંબાઇમાં બાળક ચૈાદથી પંદર ઇંચ લાંબું અને વજન માત્ર ત્રણથી સાડાત્રણ રતલ હેાય છે. સાતમે મહિને અવતરેલું બાળક બહુ ધીમે ધીમે દમ લે છે અને તે ખુલાસાથી રડતું નથી. આ મહિનાની આખરે જન્મેલું બાળક કેાઇક વખત જી-વવા પામે છે.

આઠમે મહિને બાળક લંબાઇમાં સેાળ ઇંચ અને વજનમાં ચાર રતલ હેાય છે. શરીરપરની રૂંવાટી નીકળવા માંડે છે. આ વખતે શરીરમાં ચરબી ભરાવાથી બાળક પેાખાતું જાય છે, અને માથાના વાળ વધારે જાડા થાય છે. હાથ અને પગનાં આંગળાંનાં નખ પૂરેપૂરાં ઉગી નીકળેલાં હેાય છે. આવા બાળકને સંભાળથી ઉછેરવામાં આવે તેા ઘણી વાર તે જીવતું રહેવા પામે છે.

નવમે મહિને બાળક લંબાઇમાં અઢાર ઇંચ અને વજ-નમાં સાડાચાર રતલ હેાયછે. આ બાળક પૂરેપૂરૂં ખીલેલું હેાયછે અને પહેલી વેતે તેનું માથું સ્ત્રીના કમળના મૂખ આગળ આ-વીને પડેલું હેાયછે.

શરીર ઉપરની કરચલી નીકળી જાયછે અને શરીર વધારે ગેાળ બનેછે. નવમે મહિને જન્મેલું બાળક જીવેછે. તે ઘણું ઊંઘેછે. તે ચંચલ હેાતું નથી; તેને ઊછેરવામાં વધારે સંભાળની જરૂર હેાયછે.

પૂરા મહિનાના બાળકનું (Tho full-torm Fœtus) વજન છથી સાત રતલ હેાય છે, જોકે કેટલાક તબીબેાએ દશથી બાર રતલનાં બાળક નેાધેલાં જણાયલાં છે. તેની સાધારણ લંબાઈ આશરે વીસ ઇંચ અને તેની ચામડી જન્મ વખતે ગુલાબી ખુલ્લા રંગની હેાય છે. વાળની રૂંવાટી નીકળી ગયલી અને ચામડીપર ચીકણેા પનીર જેવેા પદાર્થ હેાય છે. હાથ પગનાં નખેા ટેરવાંની બહાર નીકળેલાં અને માથાપર બે ઇંચ લાંબા વાળ હેાય છે. જો બચ્ચું તંદુરસ્ત અને જીવતું હેાય તેા મેાટે સાદે રડેછે અને કેાઇ વસ્તુ મ્હેાંમાં હેાઠની અંદર મૂકતાં તે ચૂસવા માંડેછે.

બચ્ચાનું વજન માતાની ઊમર પ્રમાણે વધતું જાય છે. પણ એાગણત્રીસ વરસની ઊમર પછી જો સ્ત્રી બચ્ચાને જન્મ આપે તેા બાળકનું વજન કમતી થતું જાય છે. એક બે સૂવાવડ પછી પહેલા બાળકના કરતાં બીજા બાળકનું વજન અને લંબાઇ વધારે હેાયછે. એક છેાકરેા જો છેાકરીના જન્મ પછી જન્મે તેા તેનું વજન અને લંબાઇ વધારે હેાયછે.

બાળકની ખેાપરીપર ધીરેથી હાથ ફેરવતાં તે આઠ હાડકાંની બનેલી માલુમ પડે છે, પણ એ સર્વ હાડકાં મેાટા માણસની માફક મજબૂત સંધાઈ ગયલાં હેાતાં નથી, પણ માત્ર પાતળા પડદાથી જોડાઈ ગયલાં હેાય છે અને તે હાડકાંની કેાર

એક બીજા સાથે જોડાયલી નહિ હોવાથી તેમાં હીલચાલ પેદા થઇ શકે છે. એમાં કુદરતની કરામતનો ભેદ સમાયલો છે, કારણ કે જ્યારે જન્મતી વખતે માથું ગર્ભાશય અને યોનીમાર્ગમાંથી બહાર નીકળવા માંડેછે તે વખતે ખોપરીનાં હાડકાંઓ એકેક પર એવી રીતે ચઢી જાયછે અને માથાના કદ અને આકારમાં એવો યોગ્ય ફેરફાર કરી આપેછે કે તેથી સહેલાઇથી અને થોડી વેદનાએ બાળક અવતરે છે. ખોપરીની આગલી બાજુ તપાસતાં એક ચોકડીના (ડાયમંડ) આકારનો પોચો પડદો ખોપરીના ચાર હાડકાંને જોડે છે. (Anterior fontanelle.) તેજ માફક ખોપરીના પાછલા ભાગપર એક ત્રિકોણુ પાતળા પડદાનો બનેલો ખાડો દીસે છે. (Posterior Fontanelle) આ ખાડા યોનીમાર્ગ મારફતે તપાસ કરતાં માલુમ પડી આવે છે અને તે ઉપરથી બાળક કઈ અવસ્થામાં જન્મ લેશે તે સમજાય છે. તુર્તના જન્મેલા બાળકના માથાપર હાથ મૂકી જોતાં આપણુને હૃદયના ધબકારા માલુમ પડે છે.

છોકરી કરતાં છોકરાના માથાનો ઘેરાવો આશરે અરધો ઇંચ વધારે હોય છે અને હાડકાં જરા વધારે કઠણુ હોય છે.

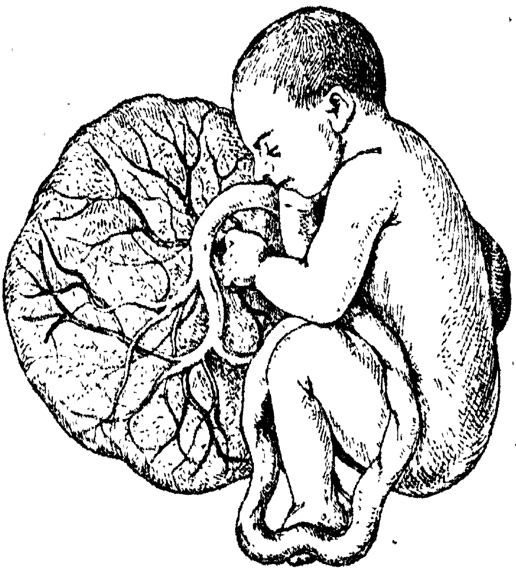
ગર્ભનો વ્યાસ. (ચીત્ર ૧૦ મું).

Diameters of the Fœtus.

બાળકનું માથું { લંબાઇ—સાડાચાર ઇંચ.
પહોળાઇ—પોણુાચાર ઇંચ.

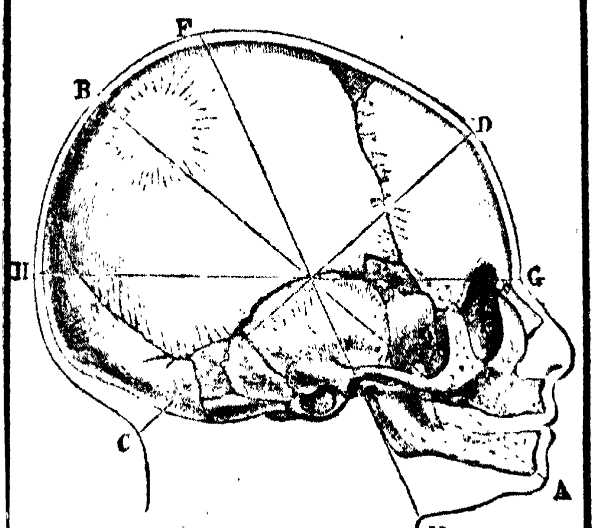
ખોપરીના પાછલા ઢેકાથી તે હડપચી સુધી { સવાપાંચ ઇંચ

કાનના બે ઢેકાની વચ્ચેની પહોળાઇ—ચાર ઇંચ.



(ચીત્ર ૯ મું.)

ઓર અને નાળના સાથેના બાળકના સંબંધ.



(ચીત્ર ૧૦ મું)

બાળકના માથાના ઘેરાવાનું માપ.

બે ખભાની વચ્ચેની પહોળાઇ—પોણુપાંચ ઇંચ.
સીપીના હાડકા અને બરડાની કરોડની વચ્ચે—પોણુચાર ઇંચ.
બે કુલા વચ્ચેની પહોળાઇ—૩$\frac{3}{4}$ ઇંચ.
બાળકના આખા શરીરની લંબાઇ—વીસ ઇંચ.

ગર્ભાશય અને બાળક વચ્ચેનો સંબંધ.

બાળકનું માથું પહેલું અવતરવાનાં કારણો.

બાળક જ્યારે ગર્ભાશયમાં હોય છે ત્યારે તે સર્વ બાજૂથી એવી રીતે વળેલું હોય છે કે, સૌથી થોડી જગા રોકી શકે તેમજ વળી ગર્ભાશય અને યોનીમાર્ગમાંથી જન્મ લેતી વખતે માતાને ઘણી વેદના ન કરે. આપણે તે બાળકને ગર્ભાશયમાં જોઇશું (ચીત્ર ૪ થું) તો તેનું માથું વળીને છાતીપર લાગેલું હોય છે, હાથો છાતીપર અકેકપર આડા અદબ વાળી પડેલા અને પગ પણ પેટ ઉપર વળી જઇ એક બીજા ઉપર આડા પડેલા હોય છે. ગર્ભાશય આપણે તપાસીશું તો તે એક પેરની માફક ઉપરથી મોટો અને નીચેથી નાનો હોય છે. બચ્ચું જ્યારે પેટમાં વળીને પડેલું હોયછે ત્યારે તેના કુલા જે મોટા છે તે ગર્ભાશયના ઉપલા ભાગમાં રહેછે, જ્યારે માથું નીચે કમળના મ્હોં આગળ આવેલું હોય છે. એટલા માટેજ સામાન્ય રીતે જોતાં માથું પહેલું અવતરે છે. (ચીત્ર ૨૩ મું) પણ શરૂઆતમાં જ્યારે ગર્ભ નાનો હોય છે ત્યારે તે ગમે તેવી અવસ્થામાં રહેછે.

બચ્ચું પેટમાં કેવી રીતે રહે છે ?

બાળક જ્યારે ગર્ભાશયમાં હોયછે ત્યારે તેની આસપાસ

ઝીણા પડદાની પુક્ષાની માફક કોથળી અને તેની અંદર પાણી હોય છે જેને ગર્ભજળ કહે છે. આ પાણીમાં બાળક તરતું રહેછે. આ કોથળીને તશિયો (Membranes) કહે છે. પ્રસૂતિ વખતે આ તશિયો ફુટી જાયછે. બાળક જ્યાં સુધી ગર્ભસ્થાનમાં હોય ત્યાં સુધી માના શરીરનું લોહી ઑાર મારફતે આવે છે અને નાળવાટે બાળકની ડુંટીમાં જઇ તેના શરીરને નવ માસના વસવાટ દરમ્યાન ખોરાક પૂરો પાડે છે. (ચીત્ર ૯ મું)

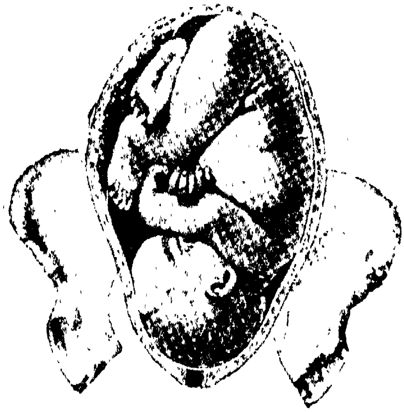
ઑાર (Placenta) નરમ, સ્પંજ જેવા પહોળા ગોળ આકારની હોય છે, અંદરની બાજુ ખભરાયલી અને તે બાજુ ગર્ભાશયને લાગેલી હોય છે. બહારની બાજુ સૂંવાળી હોય છે અને તેનીપર ઝાડના મૂળમાંથી ડાંખળીઓ માફક નીકળતી ધોરીનસો અને કાળીશીરાઓ દીસેછે. એની વચમાંથી નાળ્યું (Cord) નીકળેછે તે બે ધોરીનસો અને એક કાળીશીરાનુ બનેલુંછે અને લગભગ વીસ ઇંચ લાંબું હોય છે.

બાળકનું પોષણ–માતાનું લોહી ઑારમાંથી નીકળી નાળ્યાને રસ્તે બાળકને પહોંચેછે. નાળ્યાનો એક છેડો બાળકની ડુંટીમાં થઈ કલેજાને રસ્તે લોહીને હૃદય તરફ લઇ જાય છે.

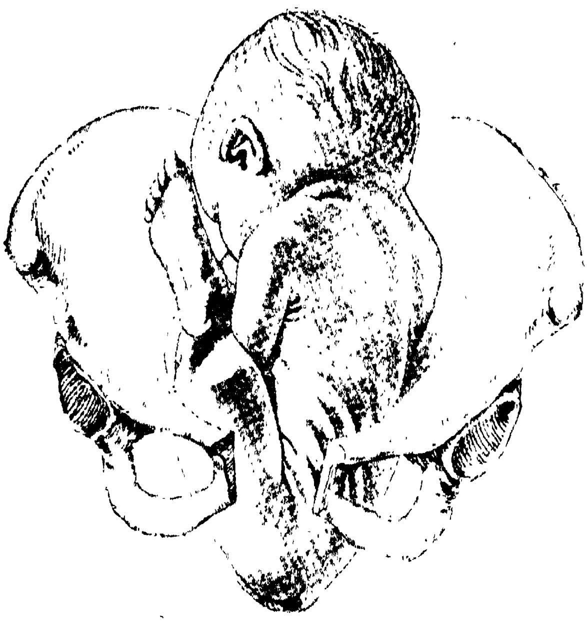
જ્યાંસુધી બાળક જન્મે નહિ ત્યાંસૂધી તેનાં ફેફસાં કામ કરતાં નથી અને તેટલા માટે બાળકના હૃદયમાં જમણી બાજુએ આવેલું લોહી એક છિદ્રવાટે ડાબી બાજુ જઇ શરીરમાં ફરવા માંડેછે. આ છિદ્ર બાળક જન્મ્યા પછી થોડા દિવસમાં પુરાઇ જાયછે.

બાળકમાં ફરી આવેલું મેલું લોહી ફેફસા તરફ જવાને બદલે નાળ્યાને રસ્તે માતાની કાળી શીરાઓમાં મળી જાય છે.

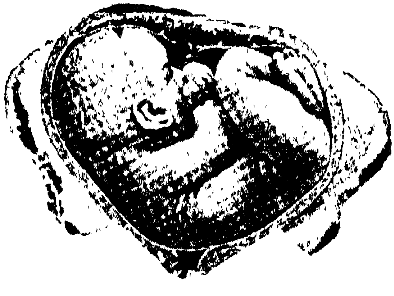
જુદી જુદી રીતે અવતરતું બાળક.



(ચીત્ર ૩૩ મું.)
બાળકના માથાનું
પહેલું આવવું.



(ચીત્ર ૩૪ મું.)
બાળકના કુલાનું
પહેલું આવવું.



(ચીત્ર ૩૫ મું.)
આડું પડેલું બાળક.

ઑર ત્રણ ઉપયેાગી કાર્યો કરે છેઃ (૧) માતાના લેાહી મારફતે બાળકને પ્રાણવાયુ (Oxygen) પહોંચાડેછે; (૨) તેના ઉધરભાવ માટે ખેારાક પૂરેા પાડેછે. (૩) બાળકના શરીરની મલીનતા (Impure blood) માતાના લેાહી મારફતે બાહેર કાઢેછે. આર વજનમાં એક રતલથી દેાઢ રતલ, લંબાઈમાં સાતથી આઠ ઇંચ ફરતી થાળીની માફક ગેાળ, અને એક ઇંચ જાડી હેાયછે.

જુદી જુદી અવસ્થામાં અવતરતું બાળક.

(Abnormal Presentations.)

યેાની પરિક્ષા કરતાં પ્રસૂતિ વેળા જે અવયવેા આપણા હાથની આંગળીને લાગેછે તે વખતે આપણે જોઇશું તેા સામાન્ય રીતે બાળકનું માથું નીચે હેાય છે. તેની પીઠ માતાના પેટની તરફ આગલી બાજુએ ડાબી તરફ ઢળેલી હેાય છે. પણ હંમેશા તેમ હેાતું નથી, કેાઇવાર પીઠ પાછળ અને પેટ આગળ હેાય છે તેા કેાઇ વખત પીઠ જમણી બાજુએ હેાય છે. જો માથું પહેલાં આવે છે તેા તે કેાઇ વખત વધતું અથવા ઓછું આગળ અથવા પાછળ ઢળેલું હેાય છે. (ચીત્ર ૩૩ મું)

કેાઇ વખત હાથ છટેા અને છાતીને વળગેલેા ન હેાય, તેા કેાઇવાર હાથ માથાની બાજુમાં અથવા પછવાડે ગયલેા હેાય છે. વળી કેટલીકવાર તેા હાથ નીચે શરીરની બાજૂમાં અથવા પછવાડે પડેલેા હેાય છે.

માથું પહેલું આવવાને બદલે કુલા પહેલા આવેછે (ચીત્ર ૩૪ મું) અથવા ઘૂંટણ કે પગ પહેલા દીસેછે. તેમ વળી બચ્ચું તદ્દન આડું પડેલું કેટલીકવાર જણાયછે. (ચીત્ર ૩૫ મું) સેંકડે છન્નું દાખલામાં

તે પહેલું અવતરેછે અને ત્રણ ટકા જેટલા દાખલામાં કુલા અથવા એકથી વધુ અવયવો અવતરેછે, જ્યારે અરધા ટકા જેટલા દાખલામાં બચ્ચું આડું પડેલું હોય છે.

બાળકનું ગર્ભાશયમાં મરી જવું.

Death of the Fœtus

ગર્ભવંતી સ્ત્રીને વારંવાર ગર્ભપાત થતો હોય તો કયાં કારણોથી બાળક મરણ પામેછે તે જાણવું તેણીને માટે અગત્યનું છે. તે કારણ શોધી કાઢી તેનો તુરતજ ઈલાજ કરવો કે બીજી વેતે ગર્ભપાત થતો અટકે.

(૧) ગર્ભવંતી સ્ત્રી નીચલા દરદોથી પીડાતી હોય તો બાળક પેટમાં મરી જાય છેઃ—ગુરદાની બિમારી, ગર્ભાશયની અંદરનો સોજો, ઉડતો રોગ, ભારે તાવ, મીઠી પિશાબ, ક્ષય તથા ગરમીનો રોગ.

(૨) બાપને કોઇ જાતની બિમારી લાગુ પડી હોય જેવી કે ગરમીનો રોગ (Syphilis) અથવા સીસા અને પારાનું ધીમુ ઝેર તેના શરીરમાં હોય તો.

(૩) સંતાન બીજના દરદોથી.

(૪) પેટપર માર લાગ્યાથી બચ્ચાંને ઇજા થાયછે અથવા ઑર ગર્ભાશયને ચીટકેલી હોય અને તે ખસી જાયછે.

જેવું બાળક મરી જાયછે કે કુદરત તેને તેની માતાના ગર્ભાશયમાંથી બહાર કાઢવાની તજવીજ કરેછે, જેથી તેણીને ગર્ભપાત થાયછે.

જો એમ નથી બનતું તો અંદરનું બાળક સુકાઇ જાયછે અથવા કોહવા માંડેછે. આમ થયાથી સ્ત્રીને હેરાનગતી પહોંચેછે.

કેટલીકવાર કાંઈ કારણ વગર ચોક્કસ બચ્ચાં આઠમે મહિને મરી જાયછે. એવાં બાળકોને થોડા દિવસ આગમચ કસૂવાવડ કરાવીને જીવતાં બહાર કાઢવાં. પણ તેમ કર્યાથી કેટલીકવાર બાળક પૂરા દહાડાનું નહિ હોયાથી મરી જાયછે.

કેટલાકો આવાં બાળકોને માટે સ્રીને 'પોર્તસીયમ કલોરેત' સૂવાવડમાં ચાલુ આપેછે એવું ધારીને કે એમાંથી નીકળતો પ્રાણ વાયુ બચ્ચાની માના લોહીની મારફતે તેને ફાળે આવે અને તેથી તે વધુવાર જીવી શકે.

પ્રકરણ ૪ થું.

હમેલદાર સ્રીની માવજત.

(What tho Expectant Mother needs.)

હમેલના નવમાસ સૂધી પોતાનો છૂટકારો કયારે અને કેવી રીતે થશે તે માટે સ્રીઓ ચીંતાતુર રહેછે અને કેટલીકવાર ધાસ્તી ખાયછે. હમેલ રહેવા એ કાંઇ નવમાસની માંદગી નથી, તે તો માત્ર કુદરતી બનાવછે. તેટલા માટે પોતાની તેમજ બાળકની જીંદગી માટે ધાસ્તી કરવી ફોકટ છે. જો ગર્ભવંતી સ્રી **નીચલા કાનુન પ્રમાણે ચાલશે તો પ્રસવની વખતે તેણી કષ્ટાશે નહિ અને ગર્ભપાત પણ થશે નહિ.**

ખોરાકઃ—હમેલદાર સ્રીને પોષણકારક, સાદો અને સહેલાઇથી પચે તેવો ખોરાક આપવો. ગરમ ખોરાક બીલકુલ આપવો નહિ. તે ચાવી ચાવીને ધીમેથી ખાવો જોઇએ, જેથી તે બરોબર પાચન કરી શકાય, પેટમાં ભાર ન લાગે અને

દુખાવો થાય નહિ. ખાતી વેળા ઘણું પાણી નહિ પીવું; નહિ તો ખોરાક પાચન કરનારો રસ પાણી જેવો થઇ જશે, તેમ ખૂબ દાબી દાબીને પણ ખાવું નહિ. જો છેલ્લા દિવસોપર દાબી દાબીને ખાય તો પ્રસવના કામમાં વેદના થાયછે. કેટલીક વખત હમેલદાર સ્ત્રીને ઘીવાળાં ભારી વસાણું ખવરાવવામાં આવેછે, એવું ધારીને કે તેણીને "બેજીવ" ને માટે ખાવુંછે અને બીજું પેટમાંનું બાળક મજબૂત અને જોરાવર થાય. પણ એ માન્યતા ભૂલ ભરેલી છે. એથી બાળક વધારે તવાતું જાય છે. તેમ વળી હમેલદાર સ્ત્રી ભૂખી રહ્યાથી પણ નુકશાન પહોંચેછે. ખાધાપછી થોડીવાર આસાયશ લેવી. જે ચીજ ખાધાથી દુખાવો થાય તે ન આપવી, કારણ કે દુખાવાથી ગર્ભપાત થવાનો સંભવ રહેછે. દારૂ પીવાની કાંઇ જરૂર નથી. પણ જો પીવાની આદત હોય તો થોડો લેવામાં અડચણ નથી. હમેલ દરમ્યાન નહિ ખાવા જોગ ચીજો જેવી કે રાખ, માટી, કાઝીમટોડી, કોયલા, કાચાં અનાજના કાંકરા વગેરેનો શોખ (Longings) ઉત્પન્ન થાય છે, તે બનતાં સૂધી દાબી દેવો જોઇએ, નહિતો સ્ત્રીને મોટું નુકશાન થવાની વકી રહેછે. કેટલીક અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ એમ માનેછે કે જો આવા શોખો પૂરા પાડે નહિ તો બચ્ચાપર ખરાબ અસર થશે. પણ તે તદ્દન ખોટી વાત છે. નબળા મનની સ્ત્રીઓજ એવા અભાવોને વશ થાય છે.

છેવટે ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ ધ્યાનમાં રાખવું કે પોતે કાંઇ પણ નુકશાનકારક ચીજ ખાય તો તેણી પોતાનેજ દુઃખી કરતી નથી પણ તેની ખરાબ અસર તેના નિર્દોષ બાળક ઉપર પણ થાયછે.

૨. હમેલદાર સ્ત્રીનો પોષાક.

ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ બહુ ઢીલાં કપડાં પહેરવાં, ફીશીયારી ખોરાં અને તંગ કપડાંથી પરહેજ રહેવું. લૂગડાં સારાં, સુકાંને સફાઇદાર હોવાં જોઇએ. બૉડીસ, કૉરસેટ અને પટા ગર્ભ રહ્યા પછી કદી પણ પહેરવા નહિ. ઘણી વેળા સ્ત્રીની છાતી ખીલતી નથી તેનું કારણ તંગ કપડાં અને બૉડીસ છે. બાડીસ અને તંગ કપડાંથી થાન ખીલતાં નથી અને બોટણી જે હમેલ દરમ્યાન મોટી થઇ બહાર નીકળવી જોઇએ તે ચાલુ દબાણથી અંદર દબાઇ જાયછે, એટલા સુધી કે બાળક તેને મ્હોંમાં પણ લઇ શકતું નથી. દૂધમલ બાળક માતાની ફીશીયારીને લીધે ભૂખે ટવળતું થાય છે. પાટો બાંધ્યાથી પેટના અંદરના અવયવો અને ગર્ભપર ભાર પડે છે, તેથી દુખાવો થાય છે અને કેટલીકવાર ગર્ભ ખીલતો નથી. કેટલીક સ્ત્રીઓ પોતાની હાલત છુપાવવા માટે તંગ કપડાં પહેરે છે તે મોટી ભૂલ છે. આથી બચ્ચાને અને માતાને બન્નેને નુકશાન થાય છે.

મર્યાદાને ખાતર સ્ત્રીઓ બહાર જતી વેળા હમેલના ચોથા પાંચમા મહિના પછી સાડી ઉપર ઢીલો "ગાઉન" (Maternity skirt) પહેરે તો વધુ શોભા આપે અને પછી તંગ કપડાં પહેરવાની જરૂર રહે નહિ.

હમેલની વખતે **તંગ કપડાં પહેર્યાથી આરામ, તંદુરસ્તી તથા સુખનો** કેટલો મોટો ભોગ આપવો પડે છે તેનો સ્ત્રીઓએ ખ્યાલ કરવો જોઇએ.

૩ કસરત.

ઘરનું નિયમિત કામકાજ હમેલવાળી સ્ત્રી પાસેજ કરાવવું.

આળસ કરી બેસી રહેવાથી કાંઈ ફાયદો થવાનો નથી. જન્મ આપતી વેળા ચાકરડીઓ તથા ઘરની આયાઓ કાંઇ કામ આવવાની નથી. તેટલા માટે થોડી મહેનત અને કસરતની જરૂર છે. ચાલવાની કસરતથી શરીર હલકું લાગે છે અને ભૂખ પણ છૂટે છે. બીજું, છાતી ઉપરથી ગર્ભનો બોજો નીચે પડે છે અને એથી સહેલાઇથી દમ લઇ શકાય છે. હદ બહાર થાક લાગે એટલું ચાલવું નહિ. સપાટ જગાપર ચાલવું, ઊંચા ટેકરા અને ખાડામાં ચાલવું નહિ. ઘોડા ઉપર કે સાઇકલપર બેસવું નહિ.

ફરવાથી ચોખ્ખી હવા દમમાં જાય છે, સ્ત્રી પોતે તંદુરસ્ત બને છે અને સ્વચ્છ લોહી બચ્ચાને ફાળે આવે છે.

જેટલી મહેનત ગર્ભવંતી સ્ત્રી કરશે તેટલી તેણી પ્રસવની વખતે ઓછી કષ્ટાશે.

૪ કબજીયાત.

સ્ત્રીઓ હંમેશા કબજીયાતની ફર્યાદ કરે છે. ખાધેલો ખોરાક હજમ થયા પછી તેનો કચરો કોઈ પણ રીતે દિવસમાં એક વખત શરીરમાંથી ખાલી થવો જોઇએ. ગર્ભવાળી સ્ત્રીને પહેલા ત્રણ મહિના ઝાડાની તકલીફ પડે છે કારણ કે ગર્ભ ઝાડાની જગાપર દબાણ કરતો હોવાથી આંતરડાના જ્ઞાનતંતુઓ મંદ થઇ જાય છે.

પ્રસવની વખતે જો ઝાડાના નળ ભરાયલા હોય તો બાળકનું માથું બહાર જલદી આવતું નથી અને સ્ત્રીને ઝાડાની હાજત થાયછે. કબજીયાતથી હરસ તથા મસાનું દરદ લાગુ પડે છે અને જો પહેલેથી તે લાગુ પડેલું હોય તો તેનું જોર વધુ થઇ આવે છે.

કબજીયાતથી સારી ભૂખ લાગતી નથી, પેટમાં દુ:ખે છે, મ્હોંડામાં ફીક આવે છે, અને શરીરમાં જોર આવતું નથી.

ઝાડો આવતો નહિ હોય તો ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ **ભારી જુલાબ લેવો નહિ. જે જુલાબથી (જેવોકે કૅલોમલ, એલોઝ, જેલપ, કથારતીક પીલ્સ) પેટમાં દુખારો થતો હોય તે જુલાબ હમેલની વખતે લેવો નહિ, નહિ તો ગર્ભપાત થશે.** કબજીયાતના ઇલાજ તરીકે ખોરાકમાં ઘટતો ફેરફાર કરવો. તરકારી જાસ્તી ખાવી, ફળ ખાધામાં લેવાં, સવારમાં ચાર પાંચ લીલાં અંજીર ખાવાં અથવા ચાર પાંચ સુકાં અંજીરને રાતની વખતે ઠંડા પાણીના ગ્લાસમાં ભીજવી રાખી તેનો રસ સવારમાં પીવો. ચાલવા તથા ફરવાની કસરત કરવી. નાસતા આગમચ ઠંડું અથવા કુકકું પાણી ગ્લાસ ભરીને પીવું. કોઇ ખારવાળા પાણી (મીનરલ વૉટર) જેવાં કે 'હુનીયાડી જાનોસ', 'ઍપેન્ટા', 'રૂબીનાટ'નું એક વાઇન ગ્લાસ નાસ્તા આગમચ પીવું.

હમેલના છેલ્લા દહાડાપર એરંડયાનો જુલાબ લેવો.

ઝાડો ન થાય તેનો સહેલો ઉપાય ઝાડાની પીચકારી (enema) લેવાનો છે.

કેટલીક સ્ત્રીઓ હમેલની વખતે ઝાડો ન થાય તો તે સ્થિતિ ચલાવ્યા કરે છે, પણ ધીમો હલકો જુલાબ લેવા ધાસ્તી ખાયછે. એ મોટી ભૂલ છે. હમેલના પહેલા ચાર મહિના તબીબને પૂછીને હલકો જુલાબ લેવો, છેલ્લા પાંચ મહિના તબીબને પૂછ્યા વગર હલકો જુલાબ લેવામાં આવે તો કાંઈ અડચણ નથી.

૫. પિશાબની મુશ્કેલીઓ.

હમેલદાર સ્રીને દરરોજ સાફ પિશાબ આવવી જોઇએ. કેટલીક વખત ગર્ભ પિશાબની નળીપર દબાણ કરતો હોયાથી તે ખેંચાઇ જાયછે. જ્યારે ગર્ભસ્થાન પછવાડે ઢળી પડેછે ત્યારે એ નિશાની માલુમ પડેછે. બીજું, જેમ પેટમાં બચ્ચું મોટું થતું જાયછે તેમ તે પેટના અવયવોપર ચાલુ દબાણ કરેછે અને જો તે દબાણ પિશાબના માર્ગમાં હોય તો પિશાબ ઓછી આવે, અથવા તે ખેંચાઇ જાયછે.

ગર્ભ રહ્યાપછી પિશાબની બિમારી ચલાવવી નહિ. છ મહિના **પૂરા થયા પછી તબીબ પાસે પિશાબની તપાસ કરાવવી અવશ્યની** છે કારણ કે તાણની ગંભીર બિમારી તેની શરૂઆતમાં જણાઇ આવે છે.

૬. પરસેવો.

શરીરમાંથી ઉત્પન્ન થતા ઝેરી પદાર્થો નિયમિત રીતે બહાર નીકળી જવા જોઇએ અને તે હંમેશાં મળ મૂત્ર પરસેવા અને ફેફસાં મારફતે બહાર નીકળેછે, તેટલા માટે પરસેવો પણ પડવો જોઇએ. દિવસમાં પરસેવા વાટે બે પાઇન્ટ જેટલું પાણી બહાર પડેછે. ઠંડીના દિવસમાં જ્યારે પરસેવો થતો નથી ત્યારે પિશાબ જાસ્તી થાય છે. એમ દરેક અવયવ માણસ જાતના ભલાં માટે એક બીજા ઉપર આધાર રાખે છે.

૭. મ્હોં તથા દાંતની સંભાળ.

મળ મૂત્ર પછી મ્હોં તથા દાંત સાફ રાખવા. દાતણ માટેની વસ્તુઓ દાંતને સાફ કરનારી અને દુર્ગંધનો નાશ કરનારી હોવી જોઇએ. મ્હોં તથા દાંતમાંથી દુર્ગંધ નીકળે ત્યારે સમજવું કે દાંતમાં ખોરાક ભરાઇ રહે છે.

ઘણાં લોકો સવારના પહોરમાં અડધો કલાક સૂધી દાતણ કરેછે, પણ જમ્યા પછી મ્હોં તથા દાંત સાફ કરવાની સંભાળ લેતાં નથી. દાંતમાં અન્ન ભરાઇ તે કોહવા માંડે છે અને તે સડો તથા હાનિકારક જંતુઓ દાંતના પારામાં જઇ ત્યાં કોહવા માંડે છે. તે તન્દુરસ્તીને નુકશાનકારક હોવાથી ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ મ્હોં તથા દાંતની સંભાળ વીશેષ લેવી.

૮. નહાવું, ધોવું.

દરરોજ હંમેશ માફક ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ નહાવું જોઇએ. ગુહ્યભાગોને બહારથી સાફ રાખવા. રોજ માથા ઉપરથી નાહવું નહિ. માત્ર વાળ સાફ રાખવા અને દર આઠ દિવસે માથા ઉપરથી નાહવું. વાળ ધોવા માટે સાબુ અને પાણી અથવા "ઑરેક્ષ" પાઉડરનો ઉપયોગ કરવો. જે સ્ત્રીને વારંવાર શરદી લાગતી હોય તેણીએ ગરમ પાણીએ નહાવું; ખુલ્લી જગ્યામાં નહાવું નહિ. દરરોજ નિયમીત નહાવાથી શરીરમાં લોહી સારી રીતે ફરે છે અને તેના ફરવાથી શરીરને જોર અને મનને શાંતી મળેછે.

ચામડીનાં લાખો છિદ્રો ખુલ્લાં કરવાં, તેના મ્હોમાં ભરાઇ બેઠેલો કચરો કાઢી નાખવો અને શરીરમાં લોહીને ફરતું કરવું એ નહાવાનો મૂખ્ય હેતુ છે.

૯. ઉંઘ.

ગર્ભવંતી સ્ત્રીઓને બીજાંઓ કરતાં વધારે ઊંઘની જરૂર છે. તેઓનાં જ્ઞાનતંતુઓ ઉશ્કેરાયલી હાલતમાં હોવાથી તેઓએ રાત્રે ઊજાગરો કરવો નહિ. જો જીવ ગભરાઇ આવી ઊંઘ નહિ આવતી હોય તો ઊંચા તકીયાપર માથું મૂકી સુવું,

જેથી ગર્ભનું દબાણ છાતી ઉપરથી ઓછું થશે. વળી આખો દિવસ બિછાના ઉપર પડી રહ્યાથી શરીર સુસ્ત મારી કમ્મરમાં દુખાવો થાય છે. રાત્રે સુવાની બે ત્રણ કલાક આગમચ હલકો ખોરાક લેવો. મીઠી ઊંઘ મેળવવા સુવાના ઓરડામાં હવાની સારી આવજા રાખવી, અને સુવાનું બિછાનું બહુ સાદું અને સ્વચ્છ રાખવું. છત્રી-પલંગોમાંજ ઉંઘ આવે એમ માનવું નહિ. માંકડ ચાંચડ તથા મચ્છરો ઉંઘના શત્રુઓ છે અને તે ગંદકીમાં ઉછરે છે. ઊંઘ લાવવા માટે દારૂ, અફીણ કે કોઇપણ તરેહની કેફી વસ્તુ તબિબની સલાહ વગર લેવી નહિ. સુવા પહેલાં દુન્યાદારીની એકઠી કરેલી ફીકર ચિંતાઓ, અને જૂદા જૂદા વિચારોને મનમાંથી કાઢી નાંખવા.

ગર્ભવંતી સ્ત્રી માટે ઊંઘ ઘણી આવશ્યની હોવાથી તેણીને તે ન આવે તો તુરત તબિબની સલાહ લેવી.

૧૦. ધાવણની સંભાળ.

ધાવણપર "કૅારસેટ" કે "બૅાડીસ"નું દબાણ નહિ રાખવું જોઇએ કેમકે તેથી તે ખીલશે નહિ અને તેની બોટણી (nipple) બરોબર બનશે નહિ. છેલ્લા બે માસ આગમચથી થાનની બોટણી અને તેની આસપાસની ચામડી કઠણ બનાવવાની તજવીજ કરવી, જેથી બચ્ચાનાં ધાવવાથી તેપર ચીરા પડે નહિ. દિવસમાં કપડાંવડે એક વખત બોટણીને પાણી અથવા કોઇપણ જાતનો સ્પીરીટ કે કોલનવોટરનું પાણી લગાડવું અને ધીમે ધીમે બોટણી ખેંચવી. આવી રીતે ચામડી કઠણ થશે પણ ચામડી તતડીને ચીરા પડે તેની સંભાળ લેવા માટે રાતના સુતી

વખતે 'લૅનોલીન', અથવા "હેઝલીન ક્રીમ" મસળવું જેથી એાટણી પોચી ને સુંવાળી થશે.

સાફ હાથવડે એ સર્વ ક્રિયા કરવી, નહિં તો એાટણી પાકી આવશે.

૧૧. મનની હાલત.

હમેલદાર સ્ત્રીને હમેશ ખુશાલ રાખવી, અને તેણીના મનની હાલત શાંત રહે તેવી રીતે સર્વે જણે તેણી સાથ વર્તવું. ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ કદીપણ ગુસ્સે થવું કે ચીરડાવું નહિ. જો તેણી ખુશીમાં રહી સારા વિચારો કરતી રહેશે તો તે સર્વ ગુણો માતા તરીકેના ફાળામાં તે પોતાના બચ્ચાને આપશે. હાલની વિદ્યા એવું કહે છે કે સ્ત્રીને ગર્ભ રહ્યા પછી જેવું બાળક તેણીને ગમતું હશે, તેવા બાળકનો વિચાર કરશે, તો તેવું બાળક તેણીને ફાળે આવશે. તેટલા માટે ગર્ભવંતી હાલતમાં કોઇપણ કદરૂપા આદમીના સમાગમમાં વારંવાર આવવું નહિ.

ગર્ભવંતી સ્ત્રી માટે બીહવું અથવા ઝબકવું ઘણું નુકશાનકારક છે. મનને ઉશ્કેરનારા ભયાનક દેખાવો જોવા નહિ.

સૂવાવડખાનામાં અથવા જે જગાપર કોઇ બીજી સ્ત્રીનો પ્રસવ થતો હોય ત્યાં ગર્ભવંતી સ્ત્રીને ઊભી રાખવી નહિ, કારણ કે જન્મ આપતી વખતે તેવુંજ દુઃખ પોતાને પણ ખમવું પડશે એવો ખ્યાલ પોતાના છૂટકારાની વખતે આવ્યાથી તેણીને ભય ઉપજી તેણી વધુ કષ્ટાશે. કેટલીક વખતે ગ્રહણને દિવસે ગર્ભવંતી સ્ત્રીની બહુ સંભાળ લેવામાં આવે છે. તેણીને કાંઇ કાપવા કે બીજું કામ કરવા દેવામાં આવતું

નથી, એવા વિચારથી કે બચ્ચું "ગ્રહણભાવ" અવતરશે પણ તેમ માનવું ભૂલભરેલું છે.

બાળકની ઉત્પત્તિ વેળા મનની અસર ગર્ભપર અને બચ્ચાના ઉધરભાવપર પડે છે અને કેટલાક શાસ્ત્રીઓનું કહેવું એવું છે કે મનના જુદા જુદા કાર્યોથીજ શરીરના ઘાટઘટમ, ગૂણો અને ચામડીનો કાળો યા સફેદ રંગ ઉત્પન્ન થાય છે. આ વિદ્યા માનનારાઓનું કહેવું એવું પણ છે કે કાળી ચામડી-વાળા માબાપને ત્યાં પણ સફેદ બાળક જન્મી શકે છે. ખૂબસુરતી અને સદગૂણપર માબાપનું ધ્યાન રહેવાથી બાળક પણ ખૂબ સુરત અને સદાચરણી નીકળે છે. હમેલવાળી સ્ત્રીનું મન એવું હોય છે કે તેણીપર પડતી સારી અથવા નઠારી છાપો બચ્ચાંપર સારી અથવા માઠી અસર કર્યા વગર રહેતી નથી. પણ "મનની શાંતી સદાચરણી રહેવાથી ફળે છે; દુરાચરણમાં લીન થયલી સ્ત્રીનું મન કદી પણ શાંત અને નિર્મળ હોતું નથી."

૧૨. ચેપી રોગ.

ચેપી રોગવાળા દરદી આગળ હમેલદાર સ્ત્રીને મોકલવી નહિ, કારણ કે તેણીને કોઇ ઉડતો રોગ લાગુ પડે તો તે કદાચ સાજી થાય ખરી, પણ બાળક મરણ પામવાનો સંભવ રહે છે, અને તેણીને ગર્ભપાત થાય છે. એટલામાટે ગર્ભવંતી સ્ત્રીને શીતળા, ગોવરૂં, કૉલેરા, ટાઇફોઇડ, મરકી અને ખહીવાળા દર-દીઓથી દુર રાખવી.

૧૩. સ્વામી સંયોગ.

બનતાં સુધી ગર્ભ રહ્યા પછી હમેલદાર સ્ત્રીએ મરદના અંગત સંબધમાં આવવું. નહિ. ચાલુ સ્વામી સંયોગથી ગર્ભપાત થાય છે અને સ્ત્રી હેરાન થાય છે.

૧૪. વહાડકાપ.

ગર્ભ રહ્યાપછી કોઇ બિમારી માટે હમેલદાર સ્ત્રીએ વહાડકાપ કરાવવી કે નહિ એ વારંઘડીએ સવાલ ઉઠે છે. જો સ્રીને ગર્ભપાત થતો નહિ હોય અને તેણી તંદુરસ્ત હોય તો તેમ કરવામાં કાંઇ જોખમ નથી. કલૉરોફૉર્મની અસર બચ્ચા- પર થશે, પણ જ્યાં સૂધી તે ઘણું આપ્યું ન હોય ત્યાં સૂધી ગર્ભપાત થતો નથી.

જો બની શકતું હોય તો સૂવાવડ પછી વહાડકાપ કરાવવી વધુ સલાહકારક છે.

૧૫. મુસાફરી.

ગર્ભના પહેલા ચાર માસમાં દરિઆની મુસાફરી કરવી જોખમ ભરેલી છે કારણકે તેથી ઓકારી થઈ ગર્ભપાત થશે. તેમજ વળી બે ચાર દિવસની રેલગાડીની મુસાફરી પણ સલાહકારક નથી.

૧૬. ગુહ્ય ભાગોની સફાઈ.

જે સ્ત્રી હમેલના છેલ્લા દિવસોપર પ્રદર રોગ એટલે સફેદ પાણીથી પીડાતી માલુમ પડે તો તેણીનો યોનીમાર્ગ પીચકારી મારી સાફ રાખવો.

નીચલી કોઇપણ એક દવા બે પાઈંટ ગરમ પાણીમાં મેળવીને તેની પીચકારી લેવીઃ—

સોડયમ બાઇ-બોરેત—૧ ચમચો

એસીડ બોરીક—૧ ચમચો.

લાઇસૉલ—મ ચમચા.

ફટકડી—૧ ચમચી.

સાફ કીધા પછી ગ્લીસીરીન અને યુકેલીપટસ, અથવા ટૅનીક એસિડમાં ભીજવેલું રૂનું પહેાળ્યું (Plug) ગુહ્યભાગમાં અંદરથી દેારાવતી બાંધીને મૂકવું.

૧૭. ગર્ભપાત થતેા હેાય તેવી સ્ત્રીની માવજત.

જે હમેલદાર સ્ત્રીને ગર્ભપાત થતેા હેાય તેણે ઉપલા સર્વે તંદુરસ્તીના નિયમેાપર ધ્યાન આપ્યા ઉપરાંત તેણી જો નીચલા સર્વે કાનુનેાપર ખાસ ધ્યાન આપશે તેા ગર્ભપાત થશે નહિ તેમજ તેણી હેરાન પણ થશે નહિઃ—

ક. સખ્ત જુલાબ તે બાઇએ કદી લેવેા નહિ.

ખ. કુદકા, ભુસકા મારવા નહિ, ભારી ચીજ ઉંચકવી નહિ, અને લપસી પડવું નહિ.

ગ. ગરમ ચીજ ખાવી નહિ.

ઘ. દરિઆની અને ટ્રેનની લાંબી મૂસાફરી કરવી નહિ.

ઙ. જે સ્ત્રીએા પેાતાના ધંધાની રૂયે પારેા, સીસું કે ફેાસફરસના સમાગમમાં આવતી હેાય તેઓએ થેાડા માસ તે ધંધેા છેાડી દેવેા.

ચ. હમેલ રહ્યા પછી સ્વામીસંયેાગ બંધ કરવેા.

છ. તબિબની સલાહ લેવી. કેટલાક તબિબેા ‘ લાઇકર સીડાનસ, ’ વાઇ બરનમ પ્રુરૂની ફેાલીયમ વગેરે દવા ચાલુ પીવાની ભલામણ કરે છે.

પ્રકરણ ૫ મું.

ગર્ભાવસ્થાના નવ મહિના દરમીઆન થતા રોગો તથા અકસ્માતો.

The Disorders and accidents of Pregnancy.

૧. અતિશય ઊબકા તથા ઊલટી.—આગળ જણાવ્યા મૂજબ ઉલટી સાધારણ ગર્ભવંતી સ્ત્રીને થાય છે. પણ જો તે ચાલુ રહે અને કાંઇ પણ ખાધેલું ટકે નહિ તો તેણીને તે ત્રાસ સમાન થઇ પડેછે. તેણીનું શરીર ગળાતું જાયછે અને કેટલીકવાર તે જીવલેણ થઇ પડેછે. જ્યારે તેણીની દેહ લઠડી પડેછે ત્યારે તબિબોને કસૂવાવડ કરાવવાની ફરજ પડેછે.

લક્ષણો—સવારે બિછાનામાંથી ઊઠતી વેળા ઓકારી થવા માંડેછે. જીવ ચૂંથાય છે. ઊલટી થયા પછી તબીયત ઠીક લાગેછે. ખાવાની રૂચી થતી નથી અને ખાધેલો ખોરાક થોડા વખત પછી ઊલટી સાથે બહાર નિકળી જાયછે.

ઈલાજ:—સવારે બિછાનાપરથી ઊઠતાં એક પ્યાલો કૉફી અથવા દૂધ, થોડી બીસ્કીટ અથવા પાંઊના ટોસ્ત સાથે લીધાથી જીવને આરામ લાગેછે, અને તેથી કેટલીકવાર ઊલટી થતી બંધ થાય છે. કબજીઆત હોય તો તેનો ઇલાજ કરવો. જ્યાંસુધી જીવ દોહ· વાતો નરમ પડે નહિ ત્યાંસૂધી બિછાને પડી રહેવું. સવારે એક પ્યાલો ગરમ પાણી પીને ઊલટી કર્યાથી હોજરી સાફ થાયછે અને આખો દિવસ ઠીક જાયછે. ખોરાક હલકો અને સાદો લેવો, કઠણ ખોરાક લેવો નહિ. અતિશય ઘી અથવા ચરબી·

વાળો ખોરાક ખાવો નહિ. દરવખતે થોડું ખાવું. પેટભરીને ખાવું નહિ. મ્હોંમાં બરફ વારંવાર રાખવું અને તરસ લાગે ત્યારે બરફ નાંખી સોડા વૉટર પીવો. સોડા બાઈ-કારબ વીસ ગ્રેન અને એક ચમચી લીંબુનો રસ મેળવી થોડું પાણી નાંખીને પીવું. આ "અફરવેસીંગ મીક્ષ્ચર"થી જીવ દોહવાતો નરમ પડેછે. નીચલી દવા કોઇ રસાયણ શાસ્ત્રી (કૅમીસ્ટ) પાસ મંગાવવી:—

ટેમલૉઇડ સીરીયાઇ ઑાકઝેલૅટીસ પાંચ ગ્રેન એક અથવા બે ટાંકણી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવી અથવા "ટેબલાઇડ કૉફી મીંટ." અથવા "સોડા મીંટ" આપવી. જો હોજરી નબળી પડી ગઇ હોય અને બરોબર કામ કરતી નહિ હોય તો તબિબની સલાહ લેવી. ઘણા બીકટ દરદીના સંબંધમાં નીચલી ટાંકણી અજમાવ્યાથી ફાયદો જણાય છે:- પૅપસીન બે ગ્રેન તથા સીલવર નાઇટ્રેટ પા ગ્રેનની એક ટાંકણી બનાવી તે ખોરાક લેવાની અરધો કલાક આગમચ દિવસમાં ત્રણ વખત આપવી. સર્વે ઇલાજ કીધા પછી ઊલટી નહિ બંધ થાય અને સ્ત્રીની જીંદગી જોખમમાં આવી જતી હોય અને તેણીની દેહ લથડતી જાય તો છેવટના ઉપાય તરીકે તબિબ પાસ ગર્ભપાત કરાવવો.

૨. **કબજીઆત**:-એ સાધારણ રોગ છે પણ હમેલ દરમીઆન તેની માઠી અસર માતા તથા બાળક બન્નેને થાયછે. કમનસીબે કેટલીકવાર સ્ત્રી દહાડાઓ સૂધી કબજીયાત ચલાવ્યા કરે છે અને જુલાબથી ગર્ભપાત થશે એમ ધારીને કોઇ પણ ઇલાજ અજમાવતી નથી. એ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. કબજીઆ-

તના જે ઇલાજ આગલા પ્રકરણમાં આપવામાં આવ્યા છે તેથી ગર્ભપાત થશે નહિ.

૩. અતીસારઃ—આ બિમારીમાં દરદીને પાણી જેવા ઝાડા કાંઈપણ અટકાવ વગર આવે છે. એ રોગથી હમેલદાર સ્ત્રીને ઘણું ખમવું પડે છે અને કેટલીકવાર ગર્ભપાત થાય છે. એવી વેળા સર્વથી પહેલું ધ્યાન ખોરાકપર આપવું સહેલાઇથી પચે તેવો ખોરાક આપવો. દૂધના ખોરાક સિવાય બીજું કાંઇ આપવું નહિ. " આરારૂત " અને " મૅલીન્સ ફુડ " ની કાંજી આપવી. ખોરાક હમેશ કરતાં થોડો આપવો. જો પેટમાં કચરો હોય તો પહેલાં ધીમો જુલાબ આપી કચરો નીકળી જવા દેવો. પછી પેટ બંધ કરવાની દવા આપવી. પેટ ઊપર હંમેશાં ગરમ કપડાંનો પાટો બાંધવો અને વારંવાર ગરમ પાણીની બાટલીનો શેક કરવો. તબિબની સલાહ પ્રમાણે દવા તથા ખોરાક લેવાં.

૪. મ્હોંમાં ચાલુ થુંક આવવી (Salivation)-કેટલીક સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહ્યા પછી મ્હોંમાં ચાલુ થુંક આવે છે અને જેમ નાના બાળકને હોજ ગળે તેમ મ્હોંમાંથી ચાલુ પાણી નિકળી તેણીને ઓડકાર આવે છે, જેથી તેણીને ચાલુ કંટાળો ઊપજે છે અને ખોરાક લેવાની રૂચી થતી નથી. એવી વખતે ફટકડીના પાણીના કોગળા કરવા, અને મ્હોંમાં 'ગ્લીસરીન ઑફ બોરેક્ષ' લગાડવું અને બરફ ચુસવા આપવું. જો મ્હોંમાંથી અતિશય પાણી જતું હોય તો તબિબની સલાહ લઇને 'લાઇકર ઍટ્રોપીન' નું એક ટીપું દિવસમાં ત્રણ વાર થોડા પાણીમાં આપવું. આ દવા ઝેરી છે તેથી તબિબની સલાહ વગર કદી લેવી નહિ. કેટલીકવાર " પોટેશીઅમ બ્રોમાઇડ " આપ્યાથી ફાયદો થાય છે.

૫. **પિશાબનું બંધ થઈ જવું**:—પિશાબ બંધ થઈ જવાનાં ઘણાં કારણો હોય છે, પણ ગર્ભવંતી સ્ત્રીનો યોનીમાર્ગે યા ગર્ભાશય નીચે ઊતરી પડયાથી અથવા તે પાછળ ઢળી ગયાથી પિશાબનો અટકાવ થાય છે અને વેળાસર ઇલાજ નહિ કરવામાં આવે તો પિશાબનો કુકકો પુલી જાય છે અને સ્ત્રીને ઘણી પીડા કરે છે. એવી વેળા સળી (Catheter) મૂકીને પિશાબ કરાવવી, પણ ઘણીકવાર પિશાબની નળી ઊપર ખેંચાઇ ગયાથી સળી અંદર દાખલ થઇ શકતી નથી. એવી વેળા તબિબ પોતે કોઈ હીકમતથી સળી મૂકે છે. સળી મૂકયાથી કાંઇ દરદ થતું નથી, પણ ઘણી સ્ત્રીઓ તે મૂકાવતાં બીહે છે પણ તેમનો તે ભય ખોટો છે.

૬. **પિશાબનું ટીપે ટીપે પડવું**:—ગર્ભાશયનું દબાણ પિશાબની નળીપર પડયાથી પિશાબની નળી ઢીલી થઇ જાય છે; અને સહેજ જોર કરતાં, ચાલતાં હાલતાં અથવા ખાંસી કરતાં પિશાબ ચાલુ ટપકે છે, અને કપડાં ખરાબ થાય છે. ગુહ્ય ભાગોની ચામડી ભીંજાઇ છોલાઇ જાયછે અને ત્યાં કીડ લાગે છે. પેટ ઊપર પાટો બાંધ્યાથી અથવા સૂઇ રહ્યાથી ફાયદો થાય છે. તેણીને દિવસમાં થોડું પાણી પીવા કહેવું. ગર્ભાવસ્થાના પહેલા ત્રણ અથવા ચાર મહિના એ બિમારી વેદના આપેછે પણ ત્યારપછી તે પોતાની મેળે નરમ પડી જાય છે.

૭. **પિશાબનું વારંવાર આવવું**.—હમેલની શરૂઆતમાં ગર્ભાશય અને પિશાબના પુક્કા વચ્ચેના નિકટ સંબધને લીધે પિશાબ વારંવાર થાય છે. તેમ વળી હમેલના છેલ્લા દિવસોપર ગર્ભાશય પિશાબના પુક્કાપર દબાણ કરતો હોવાથી પિશાબની વારંવાર હાજત થાયછે. આ પીડાકારી સ્ત્રીને ઘણો ત્રાસ

આપે છે. તેણીને આરામથી ઉંઘ નહિ આવ્યાથી તેણીની તબીચત લથડી પડેછે.

૮. **હરસ તથા મસાઃ**—સફરાના છેડાને નાકે આવેલી લોહીની કાળીશીરાઓ ફુલી જઇ ત્યાં લોહીનો જમાવ થાય છે તેને **મસા** કહેછે. જ્યારે તે મસા હાજત વખતે બહાર નિકળેછે ત્યારે દરદીને ભારે વેદના થાયછે અને ઝાડે જવાની હાજત છતાં તેણી જતાં બીહેછે. ચાલુ દબાણ થયાથી અથવા મળના ઘસારાથી તે મસામાંથી લોહી નિકળેછે ત્યારે તેને **હરસ** કહેછે. મસા થવાનાં ઘણાં કારણો હોયછે. કબજીઆત અથવા અતીસાર, નરમ તથા પોચી ગાદીવાળી જગા ઉપર ચાલુ બેસી રહ્યાથી, હમેલની વખતે ગર્ભાશયનું વજન કાળી શીરાઓ ઉપર પડયાથી અને ભીની શરદીવાળી જગ્યા ઉપર બેસી રહ્યાથી હરસ તથા મસા ઉભરી આવેછે. ઘણો દારૂ પીધાથી અને કલેજાની ચાલુ બીમારીથી પણ મસા થાયછે.

ઓરતોમાં બાળકને જન્મ આપતી વખતે ઘણીકવાર મસા સફરામાંથી બહાર નિકળી પડેછે. પણ બાળકના જન્મ પછી ધીમા દબાણથી તે મસા જો ધીમે ધીમે પાછા ઉપર ચહડાવવામાં નથી આવતા તો તેણીને ઘણી વેદના થાયછે. હરસ અને મસાનો દુઃખારો ખમી નહિ શકાય તેવો હોયછે. જે સ્ત્રીને મસાની ટેવ હોય તેણીએ હમેલ દરમ્યાન મસા ઉભરી નહિ આવે તેની બહુજ સંભાળ લેવી.

ઈલાજ તરીકે કદી પણ કબજીયાત ચલાવવા દેવી નહિ, અને કલેજાને કદીપણ મંદ થવા દેવું નહિ. જુલાબ માટે "પલ્વ ગ્લીશીરીઝાઇકૅા" એક ચમચી રાતના સુતી વેળા "સલફર

બીટર્સ ” અથવા કોઇ “ મીનરલ વૉટર ” અથવા “ લીકવીડ પરાફીન ” નાસ્તાની આગમચ આપવું. દુઃખારો અને લોહી બંધ કરવા માટે પારક ડેવીસનું “ઍડ્રીનાલીન અને કલોરેટોન ” નો મલમ અથવા “ હેઝલીન ક્રીમ ” ઝાડે ગયા પછી સફરામાં લગાડવાં. ઘણી અગન બળતી હોય તો બરફના પાણીમાં બે ચમચી “ લીકવીડ હેઝલીન ” નાંખી તેની પીચકારી મારવી.

૯. પગની કાળી શીરાઓનું ફુલી આવવું–હમેલ રહ્યા પછી જ્યારે ગર્ભાશય પેટની કાળી શીરાઓ પર દબાણ કરેછે ત્યારે પગની કાળીશીરાઓ ફૂલી જઇ વાંકી-ચૂકી દોરડાં જેવી થઇ જાય છે. આમ થયાથી પગમાં દુઃખારો થાય છે, પગપર સોજો આવેછે અને ઝીથી ચાલી શકાતું નથી. જે ગર્ભવંતી સ્રીનું પેટ ઝુલી પડતું હોય અને જે સ્રીઓ પગ ઉપર તંગ પટા (ગારતર) બાંધે છે તે સ્રીઓના પગની કાળી શીરાઓ ઘણીખરી ફુલી આવે છે. ઇલાજ તરીકે પગની પાટલી ઉપરથી તંગ માદરપાટનો પાટો બાંધવાનું શરૂ કરી ઘુંટણ સૂધી તે લાવવો. પાટો ઉપરથી નીચે કદી બાંધવો નહિ. રેશમી મોઝું પહેરી રબરનો પાટો બાંધવો અથવા રબરનું બંધએસ્તું મોજું પહેરવું. જો પગ ઠંડો માલુમ પડે તો ફલૅનલનો પાટો બાંધવો. જે સ્રીને ઘણાં બચ્ચાં થયાં હોય તેની યોનીમાર્ગની બહારની કાળી શીરાઓ કોઇકવાર પગની કાળી શીરાઓની માફક ફૂલી જઈ સુજી આવે છે. જેમ મહિના ભરાતા જાયછે તેમ તે સોજો વધીને પીડા સમાન થઇ પડે છે અને કેટલીક વાર પ્રસૂતી વખતે તે ઘણી અડચણ કરે છે. એવી સ્રીએ બનતાં સૂધી બિછાને સૂઇ રહેવું, ચાલવું નહિ, અને યોનામાર્ગ ઉપર રૂની ગાદી મૂકી દાબીને પાટો બાંધવો. ફૂલેલી શીરામાં કોઇપણ

જાતની ઇજા અથવા જખમ થાય નહિ તેની સંભાળ લેવી, નહિ તો તેમાંથી પુષ્કળ લોહી વહેશે.

૧૦. લોહીનું પાણી થઈ જવું (Anæmia) ગર્ભ ધારણ કર્યા પછી લોહી માંહેલાં રાતાં કણોમાં કુદરતી વધારો થાય છે. પણ કેટલીકવાર પૂરતો ખોરાક અને સ્વચ્છ હવાની ગેરહાજરીમાં તેણીનો ચહેરો લોહી વિનાનો ફીકકો હોય એમ દીસે છે. તેણીને ચક્કર આવે છે અને છાતીપર હૃદયની બાજુમાં ધબકારા થાય છે તેણી નબળી થતી જાય છે. **ઈલાજ** તરીકે તેણીએ સારો પૂષ્ટીકારક ખોરાક લેવો; દરિઆ કિનારે ફરવા જવું. નીચલી કોઇપણ દવા પીધાથી સ્ત્રીને ફાયદો થાય છે અને તેણીના લોહીમાં વધારો કરે છે:—

" ડીસકીયનસ સીરપ ઑફ હીમોગ્લોબીન "

" ફેલરસ મૉલ્ટ એક્ષટ્રેકટ વીથ હીમોગ્લોબીન "

૧૧. માથા અને દાંતનો દુખાવો:—હમેલ દરમીઆન જ્ઞાનરજ્જુઓ ઊશ્કેરાયલી હાલતમાં હોવાથી માથા, મોંઢા, તથા દાંતનો દુખાવો વારંવાર થઇ આવે છે. જો દાંત સડી ગયા હોય અને દુઃખતા હોય તો લવંગનાં તેલનાં બે ટીપાં મૂકવાં; અથવા " અસીડ કારબૉલીક " અથવા " ક્રીયોસોટ " નું એક ટીપું રૂની ઊપર મૂકીને સળીવડે સંભાળથી દુખતા દાંતના ખાડામાં મૂકવું. આસપાસની જગાને તે લાગે નહિ તેની સંભાળ રાખવી. તેમ છતાં જો તે આજુબાજુ લાગે તો બ્રેન્ડી અને પાણીનો કોગળો કરવો.

દાંતના દુખારા માટે નીચલી દવા ઘરમાં બનાવી રાખેલી ઉપયોગી થઇ પડશે:—

કલોરેતોન	ડ્રામ ૧.
કલોરોફૉર્મ	ટીપાં ૪૦.
ક્રીયોસોત	ડ્રામ ૧.
ટીંકચર ઓપાઈ	ડ્રામ ૧.
મસતીક	ડ્રામ ૧.

આ પ્રમાણે દવાઓની મેળવણી કરી અથવા કૅમીસ્ટ પાસે બનાવી મંગાવી કાચના બુચની શીશીમાં રાખી મૂકવી. દાંત કળતા હોય તો પાંચ ગ્રેન 'એસપેરીન' દિવસમાં બે વખત લેવું. ગર્ભ દરમીઆન બને ત્યાં સૂધી દાંત પડાવવા નહિ; તેમાં જોખમ સમાયલો છે. ખાસ કરીને જે સ્ત્રીને ગર્ભપાત થતો હોય તેણીએ દાંત પડાવવાથી એવી વેળા દૂર રહેવું, નહિ તો ગર્ભપાત થવાનો સંભવ રહે છે.

૧૨. ઊજાગરાની બિમારીઃ—હમેલદાર સ્ત્રીને ઊંઘની ઘણી જરૂર હોયછે, તેણી હંમેશ કરતાં વધુ ઊંઘેછે. કેટલીક વાર તેણીની ઊંઘ ઊડી જાય છે; તેણીને બેચેની લાગેછે અને સવારે ઉઠતાં અંગ સુસ્ત રહેછે; આંખો ભારી અને લાલ હોય છે; તેણીને કોઇપણ જાતનો કરાર થતો નથી. આ ઊજાગરાનું કારણ શોધી કાઢી તેનો નીવેડો લાવવો જોઈએ, કારણ કેટલીકવાર હમેલ રહ્યા પછી અથવા પ્રસવ થયા પછી સ્ત્રી દીવાની થઇ જાય છે. આ તો તેની માત્ર પહેલી ચોંકાવનારી નિશાની છે અને તે માટે તે આપણું વધુ લક્ષ ખેંચેછે. ઇલાજ તરીકે તેણીએ મગજ શાંત અને આનંદી રાખવું; કદી ઉશ્કેરાવું નહિ અને મોડી રાત સૂધી જાગવું નહિ. સૂવાના ઓરડાની બારીઓ ખુલ્લી રાખી હવાની સારી આવજા થવા દેવી. બિછાના

પર ઓઢવાનું કમતી રાખવું. આખો દિવસ માફકસર કામ અથવા કસરતમાં ગુજારવો; દીવસે ઊંઘાવુંજ નહિ. રાતના સૂતી વખતે હાથ, પગ, અને મોઢું ગરમ પાણીવડે સાફ કરી સ્વચ્છ બિછાનાપર શાંત મને સૂવું. કેટલીક વાર ખાધા પછી થોડું ચાલ્યાથી ઊંઘ આવેછે. જો રાતના ઊંઘ ઊડી જાય તો પાછું બિછાના પરથી ઊઠી તકીયાની બાજુ ફેરવી ફરીથી બિછાનું કરીને સૂવું. સૂતી વખતે એક પ્યાલો ગરમ દૂધ પીવું. આ ઇલાજથી ફાયદો ન થાય તોજ નીચલા ઇલાજ અજમાવવાઃ– રાતના સૂતી વખતે કુક્ષા પાણીમાં "પોતેસીયમ બ્રોમાઇડ ગ્રેન ૨૦" પીવું, અથવા તબિબની સલાહ લઇને "સલફોનાલ" અથવા "ત્રાયોનાલ" સાતથી દશ ગ્રેન દર બીજે દિવસે આઠ દીવસ સૂ.ા સૂવાની થોડો વખત આગમચ કુક્ષા પાણીમાં પીવું. અફીણનો બીલકુલ ઉપયોગ કરવો નહિ; પણ જયારે સર્વ ઇલાજ કારગર લાગતા નથી ત્યારે અફીણથીજ માત્ર ઊંઘ આવેછે અને કેટલીક વાર તે આપવું પડેછે. આટલું યાદ રાખવું કે કદી પણ ઊજાગરો ચલાવવા દેવો નહિ,

૧૩. **અભાવોઃ**—આગળ કહી ગયા પ્રમાણે સ્રીને હમેલ દરમીઆન વિચીત્ર હાનીકારક ચીજો ખાવાનો શોખ ઊતપન્ન થાયછે. પણ એ માત્ર સ્રીના નબળા મનની નિશાનીઓ છે. તેવી વખતે સ્રીએ પોતે મન ઉપર કાબુ રાખી એ ચીજોથી દૂર રહેવું.

૧૪. સ્રીના પેટનું ઝુલાઇ પડવુંઃ—

જાડી અને વારંવાર બચ્ચાં જણનારી સ્રીના પેટની ચામડી ઢીલી થઇ જાય છે. પેટના સ્નાયુઓ કસરતની ગેરહાજરીમાં ઢીલા હોયાથી તે ઉપર તંગ પાટો બાંધવામાં

આવતાં તે વધારે ઢીલા થઇ ગર્ભાશય આગળ ઢળી જાય છે અને પેટ ઝુલી પડતું હોય એમ દીસે છે. આવી વખતે સ્ત્રીએ દરજી પાસે યા કોઈ કંપનીમાંથી (એન. પાવેલ વગેરે) પેટના માપ પ્રમાણે એક પહોળો પાટો બનાવી મંગાવી તે ચાલુ પહેરવો તે પહેર્યાથી ચાલતી વખતે તેણીનું પેટ આગળ ધસી જશે નહિ અને કમ્મરમાંથી તેણીને ટેકો મળશે.

જેમ કેટલીક વાર પેટ ઝુલાઇ જાય છે તેમ વળી પહેલી વારની પ્રસૂતી વેળા કોઇ સ્ત્રીના **પેટની ચામડી તણાઇ જાય છે,** અને દુઃખારો થાય છે. તેવી વેળા તેણીએ " લૅનોલીન, " " હેઝેલીન ક્રીમ " અથવા "વૅઝેલીન" રાત્રે પેટ ઉપર લગાડવું.

૧૫. થાનનો સોજો.

કેટલીક વાર હમેલ દરમીઆન થાનમાં ફેરફાર થતા હોવાથી સ્ત્રીનાં થાન સુજી આવે છે, અને તેમાં દુઃખારો થાય છે. કેટલીકવાર અંદરની ગાંઠો દરદ કરે છે. કોઇવાર બોટણી ઉપર ચીરા પડયાથી પણ સોજો આવે છે. જ્યારે તે પાક ઉપર આવે છે ત્યારે તે વખતે થાનમાં ચસકા મારે છે અને ખભામાં દુઃખારો થાય છે.

આવી વખતે અલસી અથવા ખસખસના પોસની પોલ્ટીસ કરવી. ઝુલાઈ પડેલા થાનને નીચેથી ટેકો મળે એવી રીતે પહેરણ પહેરવું અથવા આડો પાટો બાંધી ઝુલી પડતા થાનને અટકાવવા. નીચલી દવા શરૂઆતમાં લગાડયાથી દુઃખારો અને સોજો નરમ પડે છેઃ—

" ગ્લીશીરીન ઓફ બૅલાડોના ". આ દવા આંખને લાગે નહિ તેની સંભાળ લેવી. બોટણી ઉપર ચીરો પડયો હોય તો

" હેઝલીન ક્રીમ " અથવા " ફ્રાયર્સ બાલસમ " (ટીંકચર બેનઝોઇનકો) નો ઉપયેાગ કરવો.

૧૬. કમ્મરનો દુઃખારો.

ખરડાના કાંઠાનાં છેલ્લા હાડકામાં હમેલ દરમ્યાન દુઃખારો થાય છે. આથી કેટલીકવાર બાળકને જન્મ આપતી વખતે સ્ત્રીને અડચણ ખમવી પડે છે. તેણી સહેલાઇથી ચાલી શકતી નથી અને વારંવાર કમ્મરપર સુતાં ચમક થઇ દુઃખારો થાયછે.

ઇલાજ—ગરમ પાણીનો શેક કરવો. જ્યાં દુઃખાવો થતો હોય ત્યાં " આલકૉકસ પોરસ પલાસ્તર " લગાડવું અથવા કોઇ કૅમીસ્તને ત્યાંથી નીચલું તેલ બનાવી મંગાવી દુઃખતા ભાગપર ચોપડવું:—

લીનીમન્ટ ઍકોનાઇટ	ડ્રામ ૨
લીનીમૅન્ટ બૅલાડોના	ડ્રામ ૨
લીનીમૅન્ટ કલોરોફૉર્મ	ડ્રામ ૨
લીનીમૅન્ટ કૅમફર કો	ડ્રમ ૨
ઓઇલિ ગૉલથેરીઈ	ડ્રામ ૨

૧૭. સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગો ઉપર થતી ટીડ.

ગર્ભાશય અથવા યોનીમાર્ગમાંથી નીકળતી રસી અથવા પ્રદરરોગથી સ્ત્રીને કીડ લાગે છે. બીજાં કારણોમાં લોહીનું બગડવું, મીઠી પીશાબ, સફાઇ સુઘડાઇની ગેરહાજરી, અથવા કેટલીકવાર ચાંદ જુ (પૅડીકયુલાઇ પ્યુબીસ) ને લીધે પણ કીડ લાગે છે. ગુપ્ત ખરજ કોઇ પણ બહારના ભાગપર અથવા અંદરના ગુહ્ય ભાગમાં અથવા સફરામાં લાગે છે. એથી દરદીને અતિશય ઘવડવું પડે છે અને કોઇવાર તે લાજ અથવા મર્યાદાનો

ભંગ કરાવે છે. ચાલુ ઘવડયાથી યેાનીમાર્ગપર સોજો થાય છે અને જગા લાલ થાય છે. ખરજ, અગન અને તે ભાગના અકરસાતથી સ્ત્રી બેચેન રહે છે. મીઠી પેશાબ માટે તબીબ પાસ પેશાબનેા તપાસ કરાવવી.

ઈલાજ—જો પ્રદર રેાગ અથવા કેાઈ જાતને પ્રવાહી-યેાની માર્ગ કે ગર્ભાશયમાંથી નીકળતેા હેાય તેા ગરમ પાણીમાં " બેારૅક્ષ " અથવા " લાઇસેાલ " નાંખીને યેાનીમાં પીચકારી લેવી.

૧૮. પ્રદરરેાગ (લ્યુકેારીયા)

કેટલીકવાર આ રેાગને " ધાત " અથવા સફેદ પાણીનું જવું કરીને કહે છે. જે પ્રવાહી યેાનીમાર્ગ અને કમળના મુખમાંથી નિકળે છે તે કેાઈવાર પાણી જેવી અને ચીકણી હેાય છે, કેાઇવાર પીળી પરૂ માફક ઘટ્ટ હેાય છે, તેા કેાઇવાર ઈંડાની પાતળી સફેદી જેવી નીકળે છે. આ પ્રદર રેાગનાં ઘણાં કારણેા છે.

પરણેલી સ્ત્રીને કુંવારી સ્ત્રી કરતાં આ પીડાકારી વધુવાર થાય છે તેનું મુખ્ય કારણ અતિશય સ્વામી સંયેાગ(Sexual excess) અને તે ભાગની સફાઇ સુઘડાઇની ગેરહાજરી હેાય છે, તેમ વળી બાળકને જન્મ આપ્યા પછી ગર્ભાશયની બેદરકારીને લીધે, યેાનીમાર્ગના સેાજાથી, ચાલુ ગુહ્ય ભાગની ફીડ થયાથી અને કેટલીકવાર તે ભાગને સરદી લાગ્યાથી આ પીડાકારી થાય છે. ઘણીકવાર કુંવારી સ્ત્રીને પડેલી કુટેવથી પ્રદર રેાગ સાધારણ રીતે હેાય છે.

હમેલ દરમ્યાનના છેલ્લા ત્રણ મહિના સ્ત્રીને આ રેાગ

ઘણું દુઃખ દે છે અને તેણીને બેચેન બનાવે છે. આથી સ્રીના મનપર ખરાબ અસર થાય છે.

ઇલાજઃ—ગુહ્ય ભાગેા હંમેશા સાફ રાખવા. માસીક માંદગી વેળા તે ભાગ સાફ રહે એવી તજવીજ કરવી. ખેારાક હલકેા પણ પૂષ્ટીકારક આપવેા. ઘણી ચાહ તથા દારૂ પીવેા નહિ. ઝાડેા હમેશાં સાફ આવે તેમ કરવું. ખુલ્લી હવામાં રેાજ ફરવા જવું અને સારા વિચારેા કરવા. ગરમ પાણીની પીચકારી ગુહ્ય ભાગેામાં મારવી. ગરમ "ડુશ" થી અકરસાત અને સેાજો નરમ પડે છે.

૧૯ સૂવાવડમાં ફેફરાની માફક થતી તાણ.

(Eclampsia)

આ સૂવાવડમાં થતી એક જીવલેણ પીડા છે. તેનેા ઇલાજ જલદી નહિ કરવામાં આવે તેા સ્રીઓ ઘણીકવાર પ્રસૂતીની વખતે તેનેા ભેાગ થઇ પડે છે. આપણે જાણયે છીએ કે છઠ્ઠા મહિના પછી ગર્ભાશયનેા ભાર વધવાથી તેનું દબાણ ગુર્દા અને કાળજા ઉપર પડે છે. શરીરમાં ફરતું મેલું લેાહી ગુર્દાની મારફતે સાફ થઇને તે મલીનતાને શરીરમાંથી કાઢી શરીરને સર્વ રીતે નીરેાગી બનાવે છે જેથી જયારે હેાજરી, આંતરડાં, કાળજા અને ગુર્દામાંથી મલીનતા બહાર નીકળતી નથી, ત્યારે ધીમું ઝેર શરીરમાં ચાલુ ફર્યાથી સ્રીને તાણની બિમારી છઠ્ઠા મહિના પછી થાય છે. બચ્ચું એક વખત જન્મ્યા પછી તે કવચીતજ થાય છે. કેટલીકવાર પ્રસુતી વખતે અથવા તેની થેાડેા વખત આગમચ તે જણાય છે.

તાણની આગમચ જણાતાં લક્ષણેાઃ-શરૂઆતમાં પગની

ચાટલી ઉપર સોજો જણાય છે; પિશાબ તપાસતાં " આલ્બ્યુમન " જતું માલુમ પડે છે. તેટલા માટે દરેક ગર્ભવતી સ્ત્રીએ છઠ્ઠે મહિને પોતાની પિશાબની તપાસ કરાવવાની જરૂર છે. તેણીને આંખે અંધારા આવે છે અને આંખનું તેજ કમી થાય છે. કેટલીકવાર તેણી થોડો વખત અથવા હંમેશને માટે આંધળી થઇ જાય છે. આ નિશાનીઓ ઊપરાંત તેણી માથાનો દુ:ખાવો ઊલટી, કબજીયાત અને સીપી આગળ દુ:ખાવાની ફરિયાદ કરે છે.

તાણુ વખતે થતી નીશાનીઓ તથા લક્ષણો:-

જો ઉપલાં લક્ષણો માલમ પડે અને તેનો ઇલાજ તુરત કરવામાં નહિ આવે તો તે સ્ત્રીને તાણુ થઈ તેણી બેશુદ્ધ થઇ જાય છે. તાણુ દોઢ મિનિટ સૂધી આવે છે. પહેલી અરધી મિનિટ સૂધી માથાંના સ્નાયુઓ ખેંચાય છે અને ઊપલ્યાંની માફક તાણુ થઇ હાથપગ ખેંચાઇ જાય છે. આંખનો ડોળો ઊપર ચઢી જાય છે, નાકનાં ફેફરાં ફડકે છે અને દમ લેવાના સ્નાયુઓ ખેંચાયાથી દમ રૂંધાઇ જાય છે. ત્યાર પછી બીજી પંદર વીસ સેકંડ આખું શરીર જડ મારી જાય છે. દરદી માથું પછવાડે પીઠપર નાંખી દે છે અને બરડાની કરોડ વાંકી વાળી દે છે. ત્યારપછી સંકોચાયલા સ્નાયુઓ પાછા ઢીલા થઈ જાય છે અને તેની સાથે તાણુનું જોર નરમ પડે છે. તેણી પાછો દમ લેવા માંડે છે, અને એકદમ નિસોસ થઇને પડે છે. સ્ત્રીને એકથી એકસો તાણુ થાય છે. પણ જો તે વીશ ઉપર જાય છે તો તે કેટલીકવાર જીવલેણ પરિણામ લાવે છે.

ઈલાજ—શરૂઆતમાં આ નિશાની અને લક્ષણો જણાય તો તરતજ દરદીનો સર્વે ખોરાક બંધ કરવો. માત્ર આખા દિવ-

સમાં બે શેર દૂધપર રાખીને માત્ર દૂધનો હલકો ખોરાક આ-પવો. બીજું તેણીને મજબૂત જુલાબ આપવો, જેવો કે "પલ્વ જૅલપ કો." બે ડ્રામ અથવા સાબુને ગરમ પાણીની ઝાડા મારફતે પીચકારી મારવી. કોઇવાર તબિબને પૂછીને જ-માલ ગોટાનો જુલાબ (કોટન ઑઇલનું ટીપું એક સાકર અથવા માખણમાં મૂકીને) આપવો. ત્યારપછી તબીબ "મૉરફી-ચાનો સુઇચો" મૂકે છે અને નિચલી દવાની પીચકારી ઝાડા મારફતે મારે છે–"કલોરાલ હાઇડ્રેટ" ગ્રેન ત્રીસ. કેટલીકવાર માતાને બચાવવાને માટે તબિબને કસૂવાવડ કરવી પડે છે. આ તાણથી માતા અને બાળક બન્નેનો જીવ જોખમમાં આવે છે. જો પ્રસુતી વેળા માતાને તાણ થાય તો તેણીની જીંદગી જોખમમાં આવે છે અને ઘણીકવાર સ્ત્રી મરી જાય છે. જો બચ્ચું આ વખતે મરી જાય છે તો માતાની તબિયત સુધરે છે.

૨૦. કાળજાનું ચીમરાઇ જવું.

આ દરદ સ્ત્રી અને બાળક માટે જીવલેણ છે. દારૂ પીનારી, હલકી આબરૂની સ્ત્રીઓમાં આ બિમારી જોવામાં આવે છે. કાળજા અને પીત્તની નળીપર ગર્ભાશયનું દબાણ થયાથી કાળજું ચીમરાઇ જઇ, કમળા માફક આંખ, હાથનાં નખ અને ચામડી પીળા રંગની થાય છે. પિશાબ રાતા રંગની થાય છે અને ઝાડો સફેદ માટી જેવા રંગનો થાય છે. બાળક મરી જાય છે અને ગર્ભપાત થાય છે.

આ ઉપરથી આપણે જોઇએ છીએ કે ગુર્દા, કાળજા અને હોજરીની બિમારી સર્વેથી બુરી અને પ્રાણઘાતક છે, કારણ કે શરીરની મલીનતા કહાડી નાંખી શરીરને નિરોગી રાખવા માટે

ગુર્દા કામે લાગે છે. જો કાળજામાં કાંઇ બગાડો થયો હોય તો તેનાથી લોહી બરોબર સ્વચ્છ નથી થતું, ત્યારે ગુર્દાને હમેશ કરતાં વધુ કામ કરવું પડે છે. પણ જો ગુર્દા પોતેજ બિમાર હોય તો શરીરની મલીનતા બહાર નીકળતી નથી અને તેથી પાચનક્રિયા, કાળજું, અને હૃદયને વેઠવું પડે છે. હમેલની વખતે સર્વે અવયવોને હમેશ કરતાં વધુ કામ કરવું પડે છે. જો આવી વેળા તે અવયવો કામ ન કરે તો શું થાય તેનો ખ્યાલ કરવો સહેલ છે.

૨૧. હમેલ દરમીઆન થતા ઉડતા રોગો.

હમેલદાર સ્ત્રીને ઉડતો રોગ લાગુ પડે છે તો તે ગંભીર પરિણામ લાવે છે. કેટલીકવાર સ્ત્રી મરી જાય છે અથવા મોટે ભાગે બાળકનું મરણ થઇ ગર્ભપાત થાય છે.

માતાને **શિતળા** આવ્યા હોય તો બાળક મરી જઇ કસૂવાવડ થાય છે. એટલા માટે શિતળાની રૂતુમાં માતાઓને બચાવવાને માટે શિળી મૂકાવવી ફાયદાકારક છે.

"**ટાઇફોઇડ**" તાવમાં જો સ્ત્રીને ઘણો તાવ થાય તો ગર્ભપાત થશે; તેમ વળી કેટલીકવાર તેણીને કસૂવાવડ થતી અટકી જાય છે.

ગરમાનો ઉડતો રોગ (Syphilis) સ્ત્રીને થયો હોય તો તેણીને ગર્ભપાત જરૂર થશે. દાખલા તરીકે, પહેલી સૂવાવડ વખતે ત્રીજે મહિને, બીજી વખતે ચોથે મહિને, ત્રીજી સૂવાવડ વખતે પાંચમે અથવા છઠ્ઠે મહિને ગર્ભપાત થશે, સાતમી વખતે જયારે તેણીને હમેલ રહેશે ત્યારે બચ્ચું જીવતું આવશે પણ થોડા વખત પછી તે નીર્દોશ બાળક પોતાના માત પીતાના

કર્પીણુ દરદનો ભોગ થશે અને તે દરદ તેને ઓધે ઉતરશે. આવી વખતે જો સ્ત્રીને વારંવાર ગર્ભપાત થતો હોય તો તે સ્ત્રીએ આ દરદની જરૂર એક વરસ સુધી ચાલુ દવા લેવી. જો આવી સ્ત્રીને જીવતું બાળક આવે તો તે સ્ત્રીએજ એ **બાળકને ધાવણુ આપવું, કોઇપણ કારણુસર ધવાડનારી આયા અથવા નર્સ પાસ કદી પણુ બાળકને ધવરાવવું નહિં, કેમકે** નહિં તો ધવાડનારી બાઇને ગરમાનો રોગ ઉડશે.

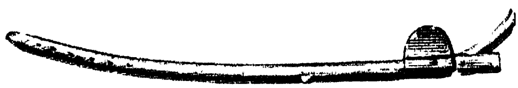
ખહી—કેટલાક તબીબોનો મત એવો છે કે ખહીવાળી સ્ત્રી હમેલદાર બનતી નથી, પણ એમ હમેશાં બનતું નથી. ઘણીકવાર ખહીવાલી સ્ત્રી એક નહિ પણ અનેક બાળકની માતા થયલી છે. જો ખહીની શરૂઆત હોય તો ખહીનાં લક્ષણો હમેલ દરમ્યાન વધતાં નથી પણ બાળકના જન્મ પછી ખહીનો રોગ વધુ જોરમાં થાય છે અને તેવી હાલતમાં જો તેણી ધવાડે તો દેહ તદન લથડી જઇ તેણીને આ રોગ જીવલેણ થાય છે. એવી સ્ત્રીએ બાળકને કદી પણ ધવરાવવું નહિ. આવા બાળકને માતાના દૂધપર ઉછેરવાની બીલકુલ તજવીજ કરવી નહિ, કારણ કે તેને દૂધ પૂરતું મળતું નથી અને પરિણામમાં ખહીનું દરદ તેને લાગુ પડે છે, એટલા માટે તેને ઉપરના દૂધ પર અથવા પેટંટ ફૂડ ઉપર ઊછિરવાના કરતાં ધવાડનારી આયા રાખવી વધુ ફાયદાકારક છે.

૨૨. ગર્ભાશયનું વસ્તિ દેશમાં ખૂંચી બેસવું.—જેમ વારંવાર ગર્ભાશય આગલી અથવા પાછલી બાજુએ વસ્તિદેશમાં ઢળી જાય છે. તેમ વળી કેટલીકવાર તે અંદર ખૂંચી પણ બેસે છે. આપણે જાણ્યે છીએ કે શરૂઆતના ત્રણ મહિના ગર્ભના

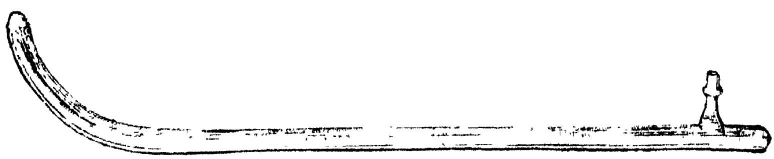
ભારથી ગર્ભાશય વધુ નીચે વસ્તિદેશમાં રહે ·છે, પણ જ્યારે ગર્ભ મોટો થાય છે ત્યારે તે પાછું ખેંચાઇ ઉપર જાય છે. પણ જો વસ્તિદેશના બંધારણમાં કાંઇ ખામી હોય તો ગર્ભ બહાર નીકળતો નથી .અને અંદર મોટો થઇ પૂંઠના હાડકા ની અડોઅડ જઇ અથડે છે. આવી વેળા કુદરતી રીતે સ્ત્રીને ગર્ભપાત થાય છે પણ તેમ ન થાય તો ગંભીર પરિણામ નીપજે છે. એમ થવાનાં ત્રણ કારણો છે—પહેલું, પૂંઠના હાડકાનું બહાર નીકળી આવવું, બીજું ગર્ભાશયના સ્નાયુઓનું પહેલેથી ખેંચાઇ જવું અને ત્રીજું, પેટના અવયવોનું ગર્ભાશયપર ચાલુ દબાણ થયાથી ગર્ભાશય વસ્તિદેશમાંથી નીકળી શકતું નથી, ત્યારે તે અંદર ખૂંચી બેસે છે.

નીચલાં લક્ષણો ઉપરથી આપણે કહી શકીએ કે ગર્ભાશય ખૂંચી બેઠું છે અને તેનો ઇલાજ લઇ શકયે. જેમ ગર્ભ મોટો થાય છે તેમ તે ખૂંચી બેઠેલું ગર્ભાશય ઝાડાના નળ અને પિશાબના કુક્કા ઉપર દબાણ કરે છે. આમ થવાથી કબજીઆત થાય છે, પિશાબ ટીપે ટીપે થાય છે અને તે રોકી શકાતી નથી. છેલ્લે પિશાબનો કુકકો ભરેલો હોય છે છતાં પિશાબની હાજત થતી નથી અને પિશાબ અટકી જાય છે.

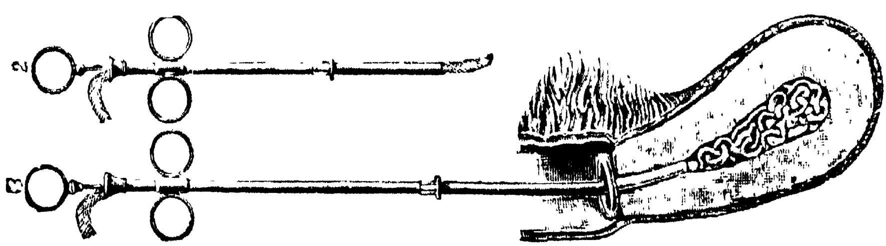
તપાસ કરતાં પેડુ આગળ એક મોટી પોચી ગાંઠ (Tumor) હોય એમ દીસે છે. ટકોરો મારતાં તેમાં પાણી માલુમ પડે છે અને તે ગાંઠ પિશાબનો કુકકો છે એમ આપણને જણાઇ આવે છે. આવી વખતે સળી (Catheter) મૂકી પિશાબ કરાવવી. પણ સળી મૂકવી કેટલીકવાર મૂશ્કેલ થઇ પડે છે, કારણ કે ગર્ભાશય ઢળી પડયાથી પિશાબની નળી ઉપર ખેંચાઇ જાય છે અને



(ચીત્ર ૧૯ મું.)
સ્ત્રીને પીશાબ કરાવવાની સળી. (Catheter)



(ચીત્ર ૨૦ મું.)
સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં ડુશ આપવાની નળી.



(ચીત્ર ૨૧ મું.)
ગર્ભાશયમાં કપડાંના ડાટા મારવાનું હથીયાર.

ફુક્કો પિશાબથી ભરેલો હોવા છતાં પિશાબ નીકળતી નથી. જો તે નહિ નીકળે તો ફુક્કો ફાટી જાય અને સ્ત્રીની જીંદગી જોખમમાં આવી પડે છે. ઇલાજ તરીકે પિશાબ કોઇ પણ રીતે કરાવવી; ગર્ભાશયને પાછો સીધો કરવો. એમ ન બને તો કસૂવાવડ કરી ફરીથી ગર્ભાશયને સીધો કરવાની તજવીજ કરવી. જો સળીથી પિશાબ ન નીકળે તો દરદીને ઘુંટણ પર સુવાડી ફરી એકવાર રબરની સળી અથવા મોટી સળી (Male catheter) મૂકવી, નહિ તો છેવટે પેહડુની ઉપર હથીયારવડે (Aspirator) પિશાબના ફુક્કામાં છેદ પાડી તમામ પિશાબ કાઢે છે.

પ્રકરણ ૬ ઠું.

ગર્ભાપાત અથવા કસૂવાવડ.

Abortion and Miscarriage.

આ પીડાકારી ભારે ગંભીર પ્રકારની છે. એકવાર કસૂવાવડ થતાં સ્ત્રી જન્મ સૂધી બિમાર અને દુઃખી થાય છે. કસૂવાવડ હમેલની કોઇપણ મુદતમાં થાય છે. ઑર બને તેની આગમચ જો સંતાનબીજ તૂટી પડે તો તેને ગર્ભપાત (abortion) કહે છે. પણ જો ગર્ભ ચોથા અને સાતમા મહિનાની વચમાં નિકળી પડે તો તેને કસૂવાવડ (Miscarriage) કહે છે. આ વખતે ઑર થયલી હોય છે પણ બચ્ચું હજી ફરકવા માંડતું નથી. જો ગર્ભ સાતમા અને દશમા મહિનાની વચમાં અવતરે એટલે કે બચ્ચું પેટમાં ફરકયા પછી પણ પૂરા દહાડા થવાની આગમચ જન્મે તો તેને " છોકરૂં પડવું ", (Premature labour) કહે છે.

ગર્ભપાત થવાનાં કારણોઃ—

૧. સંતાન બીજ અને ગર્ભાશયનો સોજો.
૨. ગર્ભાશય કોઈ કારણુસર ખીલતું અટકી જાય.
૩. પેહડુમાં અને વસ્તિદેશમાં કોઇ દરદની ગાંઠ (tumor) હોય.
૪. દુઃખાવો ઉતપન્ન કરે એવી દવા પીધાથી જેવી કે " અરગટ ", સૅવીન, પૅની રૉયલ, કવીનીન, કૅનથારીડીસ, પપાઉં અને ગાજરનાં બીજ વગેરે ખાધાથી ગર્ભપાત થવાનો સંભવ હોયછે. હમેલદાર ઓરતે કોઇપણ અજાણી દવા

કદી પણ કેાઇપણ કારણસર લેવી નહિ. ઉપલી દવાઓ ચોક્કસ સંજોગ વચ્ચે નીષ્ફળ નિવડે છે.

૫. હદ બહાર કસરત, હદ બહાર મનની ઉશ્કેરાયલી હાલત અતિશય લાંબી થાકવી નાંખનારી રેલવે અથવા દરીઆની મૂસાફરી, ખુરસી ઉપર ચઢી કુદકા માર્યાથી અથવા પેટ પર માર લાગ્યાથી.

૬. અતિશય કડક જુલાબ.

૭. ગર્ભાશય ખસી ગયાથી.

૮. કેાઈપણ કારણથી બચ્ચું મરણ પામતાં ગર્ભપાત થશે.

૯. કુદરતી નબળેા બાંધેા.

૧૦. દુખતેા દાંત ખેંચી કહડાવ્યાથી.

૧૧. ગર્ભાશયમાં ગર્ભપાત કરવાના ઇરાદાથી કેાઇ હથીઆર અથવા બીજી કાંઇ ચીજ મુકયાથી.

૧૨. ચાલુ ગરમ પાણીના ડુશથી.

૧૩. ગર્ભપાત થવાની ટેવ પડી જવાથી.

આ સઘળા કારણેાપર નજર ફેંકીશું તેા માલુમ પડશે કે જો તેના ચાંપતા ઉપાય લેવામાં આવે તેા આવી જીવલેણ પીડાકારી સહેલાઇથી દૂર કરી શકાય.

કેટલીકવાર ખાલી કસૂવાવડ થતી હેાય એમ લાગે છે અને તેનાં ચિન્હેા જેવાં માલુમ પડે તેવેા ઇલાજ કરવામાં આવે તેા ગર્ભપાત થતેા અટકી જાય છે. આવી વખતે શરૂઆતમાં સ્રીને અતિશય નબળાઇ લાગે છે, થાપેા અને જાંગ કળવા માંડે છે, પહેડુમાં દુઃખાવેા થાય છે અને જરા રક્તસ્રાવ

(લોહી) જાય છે. યોની પરિક્ષા કરતાં કમળનું મ્હોં જરા ખુલતું હોય એમ દીસે છે.

ઇલાજઃ—આવી વેળા સ્ત્રીને તરતજ બિછાનામાં શાંતીથી સુવાડી રાખવી, તેણીને કદી ઉઠવા દેવી નહિ, ખોરાક ઘણોજ હલકો આપવો, દારૂ કદી પીવા આપવો નહિ. દુઃખાવો નરમ પાડવા "ટીંકચર ઑફ ઓપીયમ" અથવા ક્લોરોડાઇનનાં દશથી પંદર ટીપાં દર ત્રણ કલાકે આપવાં. તબીબ અથવા નર્સ નીચલું ઈનજેકશન લોહી બંધ કરવા માટે વારંવાર આપે છેઃ-

"ઍક્ષ્ટ્રૅક્ટ અરગટ" ગ્રેન ૩
"સ્ટ્રીકનીન" ગ્રેન $\frac{1}{30}$

ત્યાર પછી સ્ત્રીને ચાલુ પીવા માટે નીચલી દવાની એક ચમચી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવીઃ—

"ઍક્ષ્ટ્રેક્ટ વાઇબરનમ પ્રૂની ફ્લીયમ."

સર્વે ઉપાયથી ગર્ભપાત થતો અટકે નહિ તો તબિબને ઘણીકવાર કસૂવાવડ કરાવવી પડે છે. એવી વખતે બચ્ચાને કોઇપણ પ્રકારે બહાર કાઢવું જોઇએ. કોઇવાર યોનીમાર્ગમાં કપડાનો ડુચો મારીને અથવા કોઇ બીજી હીકમતથી તબિબ કસૂવાવડ કરે છે. ઘણું લોહી જતું હોય અને તબિબ નજદીકમાં ન હોય તો ઠંડા પાણીમાં એક લુગડાનો ટુકડો ભીંજવીને તે ટુકડો યોનીમાર્ગમાં કમળના મ્હોં આગળ આસપાસ ચારે તરફ લપેટી રાખવો. ઓચીંતી કસૂવાવડ થાય અથવા તબિબ ગર્ભપાત કરાવે ત્યારે સ્ત્રીએ જોવું જોઇએ કે ગર્ભનો સર્વે ભાગ બહાર નીકળી ગયો છે કે કેમ. જો તે અંદર રહી જાય તો તે ભાગ કોહવા માંડે

છે, સ્ત્રીને તાવ આવે છે, અને તેણીને ધીમું ઝેર ચઢે છે.

ગર્ભપાત વખતે તબિબને જરૂર બોલાવવો અને યોની માર્ગમાંથી નિકળેલી સર્વ ચીજ તેની તપાસ માટે રાખવી.

હવે આપણે જોઈશું કે ગર્ભપાત થાય છે ત્યારે ગર્ભાશયમાં શા ફેરફાર થાય છે. જેવો ગર્ભપાત થયો કે તરતજ સંતાન બીજનો (Ovum) ગર્ભાશય સાથનો સંબધ છૂટો થાય છે અને ગર્ભ બહાર પડે છે. સંબધ છૂટો થયા પછી જે ઑર ગર્ભાશયને ચીટકેલી હોય છે તેમાંની લોહીની નસો તુટે છે અને તેમાંથી લોહી નિકળે છે. જેવો સંબધ છૂટો થયો કે સ્ત્રીના ભલા માટે કુદરત તે ગર્ભને ગર્ભાશયમાંથી બહાર કહાડવાની તજવીજ કરે છે; તેટલા માટે તે સંકોચાય છે જેથી દુઃખાવો થાય છે. આખો ગર્ભ બહાર નિકળી જતાં લોહી ઝટ બંધ પડશે અને દુઃખાવો નરમ પડશે. પણ ગર્ભનો સહેજ પણ ભાગ રહી ગયો હશે તો ચાલુ લોહી વહેવા માંડશે. કસુવાવડ પાંચ છ દીવસમાં પૂરી થાય છે. તે વેળા ઘણી બરદાસ્ત અને માવજતની જરૂર છે. એ ગંભીર પીડાકારી છે અને તેટલા માટે તેની પૂરતી માવજત લેવામાં ન આવે તો સ્ત્રી જન્મ સુધી હેરાન થશે. તેણીને સુવાવડી સ્ત્રી કરતાં વધુ માવજતની જરૂર છે. પ્રથમ તેણીને પૂરેપૂરો આરામ પંદર દિવસ સુધી આપવો. એ ચાર દિવસમાં તેણીને ફરવા હરવા દેવી નહિ. એમ નહિ થશે તો ગર્ભાશય હમેલની આગમચની સ્થિતિમાં આવશે નહિ અને ભવિષ્યમાં અનેક દરદોનો ભોગ થશે. તેના સ્નાયુબંધનો ઢીલાં થઈ ગર્ભાશય આગળ અથવા પાછળ ઢળી જશે અથવા તો ગર્ભાશય ને અંતર પડના ચાલુ સોજાનું દરદ લાગુ પડશે અને સ્ત્રીને વાંઝણી બનાવશે.

કસૂવાવડ પછી જો તેણીને પાછો હમેલ રહે તો તેણીને હમેલ દરમ્યાન ખુબ સાવચેતીથી રાખવી. જો કસૂવાવડ એક કરતાં વધુ વખત થાય તો તે સ્ત્રીને એક વરસ સુધી તેના ધણીથી દૂર રાખવી, નહિ તો ગર્ભપાત થવાની ટેવ પડી જશે.

કસૂવાવડ પછી તેણીને હવાની ફેરબદલી માટે બહારગામ મોકલવી. તેણી નબળી હોય તો ફેરો સીરપ, પૅનોપૅપતોન, સૅનેતોજન, મોલતીન, વગેરે આપવાં.

જે ગર્ભપાત માટે અત્રે કહેવામાં આવ્યું છે તેને **અકસ્માતીક ગર્ભપાત** કહે છે. પણ કેટલીકવાર અનિતીના પરિણામ તરીકે જન્મ લેતાં બાળકને અટકાવવાની મતલબથી સ્ત્રી **બનાવતી કસુવાવડ** (Artificial abortion) કરાવે છે. પણ આવા ગર્ભપાતનો અપરાધ અતિશય ગંભીર છે, કારણ કે ગર્ભપાત કરાવનાર સ્ત્રી અથવા તેણીને મદદ કરનાર તે બાળકનાં ખુની છે. કાયદા તથા નિતીની નજરે જોતાં તે એક મોટો ગુનાહ છે અને તેનાં કડવાં પરિણામ તેણીને મોડે વહેલે ચાખવાં પડે છે. કેટલીકવાર સ્ત્રીની જીંદગી જોખમમાં આવતી હોય તે વખતે તે બચાવવા માટે તબિબોને બનાવટી ગર્ભપાત કરાવવો પડે છે. તે વેળા તબિબને બીજા એક તબિબનો મત અથવા સલાહ લેવી પડે છે અને તેને હમેલદાર સ્ત્રીના ખાવીંદ પાસ લખીત મંજુરીયાત માંગવી પડે છે.

કસુવાવડ કયારે કરાવવામાં આવે છે ?

બાળક અને તેની માતા બંનેનો જીવ બચાવવાના હેતુથી તબિબને કેટલીકવાર કસૂવાવડ કરાવવાની ફરજ પડે છે. સાત

મહિનાની આગમચનું બાળક કવચીતજ જીવતું હોય છે તો એવી વખતે સાત મહિના પૂરા થયા પછી કસુવાવડ કરાવવી. પણ માતાની જીંદગી બચાવવી હોય તો હમેલ રહ્યા પછી કોઇપણ વખત કસૂવાવડ થઇ શકે છે. વસ્તિપ્રદેશ ઘણું નાનુ હોય અથવા તો અંદર કાંઇ ગાંઠ હોય તો બાળકને અધૂરે કહાડી નાંખવાની જરૂર પડે છે. સ્રીને હમેલ દરમ્યાન એવી બિમારી લાગુ પડી હોય કે જેથી તેણીની દેહ લથડી જાય અને બાળકને જન્મ આપે તો તેણીની જીંદગી જોખમમાં આવે ત્યારે બનાવટી ગર્ભપાત કરાવવો પડે છે. સ્રીને આંચકી, ફેફરૂં, ગર્ભાશયના મૂખ આગળ ઑર આવી હોય, તથા અતિશય ઉલટી થતી હોય તો અધૂરે માસે તબિબ કસુવાવડ કરાવે છે.

પ્રકરણ ૭ મું.

સૂવાવડખાનાં અને સૂવાવડનો ઓરડો.

Maternity Home.

હવા, અજવાળું તથા પાણીની કદર કે કીંમત જે લોકો નથી પિછાણતાં, તેઓ તનદુરસ્તીથી હંમેશાં બેનસીબ રહે છે. આજે વખત બદલાયો છે અને ભીનાશવાલી જગ્યાપર સૂવાવડી સ્ત્રીઓને રાખવામાં આવતી નથી. આગલા વખતમાં ઘણું કરી સોંયતળિયે દાદર નીચે વાડાની નજદીકમાં એક ખૂણામાં મોટા કંતાનના પડદાઓ છૂટકારાની થોડા દિવસ આગમચથી જડાવી લઇ સૂવાવડ માટે જગ્યા મૂકરર કરવામાં આવતી હતી, જેનો દેખાવ અંધારી ગુફા માફક લાગતો હતો. સફાઇ સુઘડાઇની તો વાતજ નહિ. બાળક તેમજ તેની માતા માટે જુના ફાટેલા સાલ્લાના ટુકડા અને માંગી તાંગીને એકઠાં કીધેલાં કપડાં વાપરતાં હતાં. પણ હાલમાં સુધરેલી ઢબનાં સૂવાવડખાનાં દરેક મોટાં શહેરમાં દીસે છે એ ખુશાલીની વાત છે. આગલા વખતમાં સુવાવડમાં સફાઈ સૂઘડાઇની જરૂર પીછાણવામાં આવતી હતી નહિ.

સૂવાવડીનો ઓરડો સૂવાવડખાનામાં અથવા ઘરે કેવો હોવો જોઇએ તે આપણે તપાસીશું. તે ઓરડો સફાઇદાર હોવો જોઇએ. નજદીકમાં કોઇ ઠેકાણે ગલીચી કે દુર્ગંધ હોવી જોઇએ નહિ. ઓરડાની જમીન ખૂબ સૂકી હોવી જોઇએ. ઓરડામાં હવાના અવરજવર માટે તેમજ સૂર્યના પ્રકાશ અને અજવાળા માટે બે સામસામી બારીઓ હોવી જોઇએ એક

વખતે મદ્રાસના જુના સૂવાવડખાનામાં હવાનો અવર જવર પૂરતો નહિ હોવાને લીધે કેટલીક સ્ત્રીઓની તનદુરસ્તી ઠીક રહેતી હતી નહિ, પણ જે સ્ત્રીઓને જગ્યાની કોટાઇને લીધે બાજુના "પૅવીલીયનમાં" લઇ જવામાં આવતી હતી ત્યાં પુરતી હવાને લીધે તેઓની તબીયત હમેશાં સારી રહેતી હતી. સૂવાવડખાના જેવા મકાનમાં પણ અજવાળા અને પવનની ગેરહાજરી તથા ભીની ભેજવાળી ઠંડી જમીનથી ઘણાં છોકરાં માંદાં પડે છે અને કેટલાંક તો મરી પણ જાય છે.

પેટની અંદર માના ગર્ભાશયમાં બાળક અતિશય ગરમીમાં રહે છે પણ અવતર્યા પછી ભીનાશવાળી ઠંડી જમીન અથવા પવનના સીધા ફુંકાટાથી તે બાળક માર્યું જાય એમાં નવાઇ શી ? મોટા આદમીને ભીની જગ્યા અથવા શરદીથી સળેખમ, ખાંસી, તાવ અને શરીરમાં કળતર થાય તો તરતનુ જન્મેલું બાળક આવી પીડાકારીમાંથી કેમ બચી જવા પામે ? "તાવ સહેવાય પણ પવન ન સહેવાય" એ સીધાંત દરેક માતાએ પોતાના બાળકના ભલા માટે યાદ રાખવો. જે કોમમાં કેળવણીનો પ્રકાશ જેવો જોઇએ તેવો પહોંચ્યો નથી તેમાં સૂવાવડ વખતે હજી પણ ઘણા ખોટા રિવાજો ચલાવવામાં આવે છે. તે માટે તેના પુરૂષો મોટે ભાગે જોખમદાર છે. તેઓ પોતાના સુખ માટે ધ્યાન આપે છે પણ સૂવાવડી સ્ત્રીને તો તેઓ અપટ અણુઘડ અને અજ્ઞાન દાયણોના હાથમાં સોંપી દેછે, જેઓ સ્વચ્છતા શી ચીજ છે તે કદી સમજતીજ નથી. સૂવાવડ અને તુરતના જન્મેલા બાળકની માવજત કેમ કરવી તે વિષે તેઓ અજ્ઞાનજ હોય છે. એવી અજ્ઞાન દાયણોના

હાથમાં સોંપેલી સ્ત્રીઓ મોતના ડાચામાં સોંપવા બરોબર છે. સામાન્ય રીતે પ્રસૂતી વખતે સૂવાવડ ખાતાનો લાભ લેવામાં ડહાપણ છે. પણ જે સ્ત્રીઓ પુરૂષ તબિબની મદદ લેવાનું પસંદ કરતી નથી તેઓ માટે એકાદ બે માસ આગમચથી હોંશીઆર પસાર થયલી દાયણ રાખવી. જેઓને તબિબને બોલાવવાની જોગવાઇ હોય તેઓએ ખરી વીણની શરૂઆત થતાંજ સ્ત્રી તબીબને બોલાવવી. ઘણી શીખેલી સ્ત્રી ડાકટરો પસાર થઇ છે તેઓને આ કામ માટે જરૂર ઉત્તેજન મળવું જોઇએ. મુંબઇ જેવા મોટાં શહેર માટે સ્ત્રી તબિબોથી મોટા પાયાપર ચાલતા સૂવાવડખાનાની ઘણી જરૂર છે. અભણ દાયણોને આ કામ માટે કદીપણ રોકવી નહિ, તેઓ ઘણીવાર માતા અને બાળક બન્નેની જીંદગી જોખમમાં લાવી મૂકે છે. બની શકે તો સૂવાવડખાતા અને સ્ત્રીની હૅાસ્પીટાલમાં સ્ત્રી તબિબોનેજ 'હાઉસ સરજન' તરીકે રાખવી ડહાપણભરેલું છે, જેથી શરમાળ સ્ત્રીઓ એવા ખાતાંનો વધુ લાભ લેતી થાય અને અજ્ઞાન દાયણોથી થતા અનર્થ દૂર થવા પામે.

સુવાવડખાતાનો લાભ લેનારી સ્ત્રીઓને બાળકને જન્મ આપ્યા પછી થોડે દિવસે બાળકની માવજત કરવાનું થોડું જ્ઞાન સ્ત્રી તબિબ પાસે અપાવવું ઉપયોગી થઇ પડશે, કારણ કે સ્ત્રીઓ જોકે માતા બને છે પણ બચ્ચાંને ઊછેરવાની બાબતમાં તેઓમાં ઘોર અજ્ઞાનતા જોવામાં આવે છે.

દાયણે અથવા ઘરની વડી સ્ત્રીએ પ્રસૂતિ માટે નીચલી ચીજો નવમો મહિનો બેસતાં તૈયાર કરી રાખવીઃ-

પ્રસૂતી પછી વાપરવાને માટે મોટે ભાગે જુનાં, ફાટેલાં, રંગીન, વાસ મારતા સાલ્લા અથવા બીજાં પહેરણોમાંથી બનાવેલાં કપડાંની પોટલી બાંધી રાખવામાં આવે છે અને તેનો ઉપયોગ સૂવાવડમાં કરે છે. આ રીત વખોડી કાઢવા જેવી છે. સૂવાવડમાં જ્યારે સફાઇ સુઘડાઇની અતિશય જરૂર છે તે વેળા આવા ખરાબ લાખો હાનીકારક જીવજંતુથી ભરેલાં કપડાં વાપરવાં એ મૂર્ખાઇભરેલું છે. સાફ સફેદ ધોયલાં કપડાં માત્ર વાપરવાં અને તે માટે સહેજ પણ અચકાવું નહિ. ચાલુ માસીક માંદગી વેળાએ પણ સાફ કપડાં વાપરવાં સલાહકારક છે. જેઓથી બની શકે તેઓએ હમેશાં "સૅનિટૅરી તૉવેલસ" (Sanitary Towels) ને નામે મળતી રૂની ગાદીઓનો ઉપયોગ કરવો. આ "સૅનિટૅરી તૉવેલસ" રૂ અને ગાજના ધોયલાં કપડાંમાંથી દરેક સ્ત્રી પોતાને માટે સહેલાઇથી નાની અથવા મોટી ગાદી માસીક માંદગી યા પ્રસૂતીવેળા વાપરવા માટે ઘરમાં બનાવી શકશે.

આવી વેળા ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ પાતળી જગન્નાથી અથવા હલકી મલમલના બે તાકા મંગાવી રાખવા સલાહકારક છે. તે તાકાને ઉકાળેલાં ગરમ પાણીમાં ધોઇ નાંખવા અને તેને સુકવી જોઇએ તેવા ટુકડા કરીને તેજ કપડાંના એક નાના ટુકડામાં બાંધી રાખવા. આજ કપડાની ગાદી બનાવીને સૂવાવડ વખતે જરૂર પડતાં વાપરવી. બની શકે તો સૂવાવડખાતામાં દરેક સૂવાવડી સ્ત્રીને એક નાનું ખાનાવાળું કબાટ આપવું. જો તે મળી ન શકે તો પતરાંની સાફ અને આખી બે નાની ત્રંક રાખવી જે માંહેલી એકમાં પોતાનાં કપડાં તથા જોઇતી ચીજો મેલી બીજી ત્રંક બાળકના કપડાં વિગેરે મુકવા માટે અલગ રાખવી.

સૂવાવડી સ્ત્રી માટે નીચલી ચીજો રાખવીઃ—

બિછાનાને માટે સાફ ચાદરો, ઓઢવાનો ચારસો અને બરનુસ રાખવાં. ગુહ્ય ભાગો પર મેલવા માટે સાફ કપડાંની ગાદી અથવા "સૅનિટૅરી ટૉવેલસ", પેટ ઉપર બાંધવા માટે માદરપાતમાંથી બનાવેલા ચાર પાટા. (દરેક ૧૮ ઇંચ પહોળો અને ૧¼ વાર લાંબો). સૂવાવડ ખાતામાં પહેરવાનાં કપડાં સાફ અને આખાં હોવાં જોઇએ. કેટલીક ચીઠરેહાલ અને મેલાં કપડાં પહેરીને સૂવાવડખાનામાં ફરતી સ્ત્રીઓનો દેખાવ દયાજનક થઇ પડે છે. સેફ્તી પીનનો એક દાબડો; પાંચ સાત સાફ ધોયલા ટુવાલો.

આ ઉપરાંત કેટલીક સ્ત્રીઓ બ્રૅન્ડી અથવા કોઇ જાતનો વાઈન, "કોલન વૉટર," સૅનેટોજન, કોકો અથવા કૉફી, ભુજેલા સુવા, નીખયો, બ્રસ, દાંતનું મંજન, કવીલ, વિગેરે લઇ જાય છે.

બાળક માટે નીચલી ચીજો તૈયાર રાખવીઃ—

૧. પીઅર્સ અથવા "વીનોલ્યા" સાબુ.

૨. ચૅરી બલૉસમ અથવા વીનોલ્યા પાઊડર અને પુલર્સ અર્થ અને ઝીંકઑક્ષસાઇડ પાવડર.

૩. બાળકને પહેરવા માટે સાફ અને સફેદ કપડાં. રંગીન કપડાં બાળકને પહેરાવવાં નહિ, બાળકને માટે દિવસ માટે છ જોડ અને રાતને માટે છ જોડ કપડાં રાખવાં. તે પાતળા કુમાસની મલમલ, નૅનસુક અને સુંવાલી ફલૅનલનાં હોવાં જોઇએ.

૪. થોડાં સ્વચ્છ, સાફ અને પાતળાં નૅપકીન.

૫. બાળકના પેટપર બાંધવા માટે પાંચ ઇંચ પહોળા અને બાર ઇંચ લાંબા બે ત્રણ 'ફલાલીન' ના પાટા.

૬. ઠંડીના દિવસમાં ગરમ શૉલ.

૭. ઑલીવ (સૅલાડ) ઑઈલની એક નાની શીશી.

૮. ગ્લીસીરીન બે આંઉસ.

૯. હૅઝેલીન ક્રીમ.

૧૦. તુરતના જન્મેલા બાળકને વીંટાળવા ફ્લૅનલનો ચોરસ ટુકડો.

જે સ્ત્રીની સુવાવડ ઘરમાં કરવી હોય તેને માટે ઉપલી સર્વ ચીજો તૈયાર રાખવી અને વધારામાં નીચલી ચીજો રાખવીઃ—

૧. " મૅકીનટોશ " ના ટુકડા (૧½ વાર ચોરસ.)

૨. પાણી માટે બે ગીન્ડી.

૩. રસકપુરની ટીકડીઓની બાટલી.

૪. કારબૉલીક લોશન, (હાથ અને હથીયાર સાફ કરવા માટે).

૫. કારબૉલાઇઝડ વૅઝેલીન (યોની પરિક્ષા માટે) અથવા " સબલીમેટેડ ગ્લીસીરીન "

૬. નખ સાફ કરવાનું બ્રશ.

૭. સારી ધારવાળી કાતર (નાળ કાપવા માટે કારબૉલીક લોશનની બરણીમાં મૂકી રાખેલી).

૮. એક " બેડપૅન "

૯. એક રબરની અને કાચની પીચકારી.

૧૦. એક કાચનો " ડુશ "

૧૧. લાઇસોલની બાટલી.

૧૨. એક ઔંસ પોટેસીયમ પરમેનગનેટ (બેડપેનમાંથી નીકળતો ખરાબ વાસ કાઢી નાંખવા અને ડુશ માટે વાપરવા). એના

ડાઘ કપડાપર પડયા હોય તો લીંબુંને મીઠાના પાણીમાં નાંખી અથવા સરકો લગાડયાથી નીકળી જાય છે.

૧૩. એક રતલ એબસૉરબનટ રૂનું પૅકેટ

સૂવાવડની શરૂઆતમાં દાયણે રાખવી જોઇતી ચીજોઃ-

૧૪. બાળકની નાળ બાંધવા માટે સાફ દોરી અને કાતર, કારબોલીક લોશનમાં રાખી મૂકેલી.

૧૫. ગરમ પાણીમાં બોળી રાખેલાં રૂનાં પહોળયાં, ઝાડાનો માર્ગ સાફ કરવા માટે.

૧૬. જન્મેલા બાળકની આંખ અને મ્હોં સાફ કરવા માટે મલમલના કપડાના સાફ ટુકડા, ગરમ પાણીમાં ઉકાળેલા તૈયાર રાખવા.

૧૭. ઑર ઝીલવાને વાસ્તે રકાબીના ઘાટનું પહોળું વાસણ.

૧૮. જન્મેલા બાળકને મૂકવા માટે નેતરની બાસકીટ.

૧૯. જન્મેલા બાળકને નહવાડવાનું ટબ.

સૂવાવડીનો ઓરડો શાંત જગ્યાએ રાખવો અને સૌથી સરસ ઓરડો ઘરમાં હોય તે તૈયાર કરવો. તેને થોડા દિવસ આગમચથી ચૂનો લગાડી સાફ કરાવવો, સાબુ અને કારબૉલીક લોશનથી જમીન સાફ કરાવવી. ઓરડામાં માત્ર બે નાનાં હડી ફીટ પહોળાં બિછાનાં તૈયાર કરવાં. જેઓથી બની શકતું હોય તેઓએ "સાઉથહોલસ એન્ડ હારતમૅન્સ ઍકુચમૅન્ટ આઉટફીટ" જે સૂવાવડી સ્ત્રી માટે સર્વે સામગ્રીઓનું એક બંદલ છે તે તેમાં આપેલી સમજણ પ્રમાણે ઉપયોગમાં લેવું.

પ્રકરણ ૮ મું.

સૂવાવડમાં રાખવી જોઈતી શ્રેષ્ટ અને સંપૂર્ણ સ્વચ્છતા.

Absolute surgical cleanliness.

૧૮૪૭માં વીએના શહેરની સૂવાવડની હૉસ્પીતાલમાં ૧૨ ટકા જેટલી સ્ત્રીઓ સૂવા રેાગથી મરી જતી હતી. ત્યારપછી "કલૉરીનથી" સૂવાવડ વેળા હાથ સાફ કરવાનેા કાયદેા કાઢયા પછી થેાડા દિવસમાં માત્ર એક ટકા જેટલું મરણ પ્રમાણ આવ્યું. સૂત્રારેાગનું કારણ તે વખતે કેાઇને માલુમ ન હેાવાથી જૂદાં જૂદાં કારણેા જણાવવામાં આવતાં હતાં. પણ આ છેલ્લા ઉપલા દાખલાપરથી માલુમ પડયું હતું કે તબિબ અથવા દાયણની બેદરકારી અને સ્વચ્છતાની ગેરહાજરીને લીધે આવું ભયંકર પરિણામ આવતું હતું.

સૂવાવડ વેળાની સ્વચ્છતાના નિયમેા:—

આપણે જાણીએ છીએ કે હવા, ચામડી, કપડા, હથિયાર વગેરે જીવજંતુઓથી ભરાયલાં હેાય છે, જેને આપણે સાધારણ આંખે ઓળખી કે જોઇ શકતા નથી પણ જયારે રેાગ અને વિકાર થાય છે ત્યારે તપાસીશું તેા તેનું મૂખ્ય કારણ હાનિકારક જીવજંતુઓ માલમ પડશે. તેટલા માટે જે દવાથી જીવજંતુઓનેા ઊધરભાવ અને તેનાથી થતેા કેાહવાટ અટકાવી શકીએ તે દવાને "ઍન્ટીસૅપ્ટીકસ" (Antiseptics) કહે છે. પણ હાનિકારક જીવજંતુઓથી નીરાળી ચીજને "એસૅપ્ટીક" (Aseptic) કહે છે અને કેાઇ પણ જાતના જીવજંતુઓથી તદન નીરાળી વસ્તુને "સ્તેરાઈલ" (sterile) ચીજ કહે છે. સ્ત્રીના બહારના ગુપ્ત ભાગમાં ઘણાં નિર્દોષ તેમજ હાનીકારક

જીવજંતુઓ મળી આવે છે. યોનીમાંથી સાધારણ રસ નીકળે છે તે તેજાબની જાતનો છે અને હાનિકારક જીવજંતુઓ તેમાં હોતાં નથી. પણ વારંવાર પરૂ માફક નીકળતો પ્રવાહી જે ખારની જાતનો હોય છે તેમાં હાનિકારક જીવજંતુઓ મળી આવે છે. કમળ અને ગર્ભાશય તપાસતાં કમળના ઉપરના ભાગમાં જીવજંતુઓ મળી આવતાં નથી.

સ્રીનો બહારનો ભાગ જીવજંતુઓવાળો છે. યોનીમાં હાનીકારક જીવજંતુઓ સાધારણ રીતે હોતાં નથી જ્યારે કમળ અને ગર્ભાશય કોઈપણ જાતનાં જીવજંતુઓથી નીરાળુ છે. તેટલા માટે **યોની મારફતે પ્રસૂતિ વેળા અને ત્યારપછી તે સાફ કરવા માટે પીચકારી વાપરવી સલાહકારક નથી,** કારણ કે તેથી તે ભાગો સ્વચ્છ રાખવાને બદલે ગફલતી અથવા બેદરકારીથી બહારનાં જીવજંતુઓને અંદર વસવાટ કરવા મોકલી દઇએ છીએ. તેમ કરી ગંભીર પરિણામ વારંવાર આપણે લાવીએ છીએ.

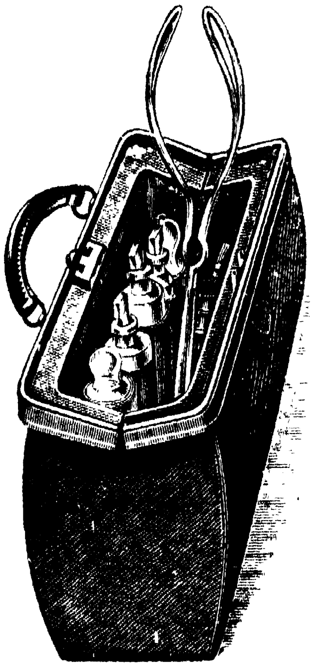
અંદરના ભાગોમાં કયારે ડૂશ આપવો ?

૧. અંદરના ભાગમાંથી પ્રસૂતીવેળા ઘણો પીળા રંગનો પરૂની માફક વાસ મારતો પ્રવાહી નીકળે ત્યારે.

૨. વહાડકાપ કરવું હોય ત્યારે.

૩. પ્રસૂતિ થવામાં વાર લાગ્યાથી અંદરનાં ભાગોમાંથી નીકળતો પ્રવાહી સૂકાઈ ગયો હોય અને ચીપયો (Forceps) લગાડી બાળકને બહાર કાઢવું હોય ત્યારે.

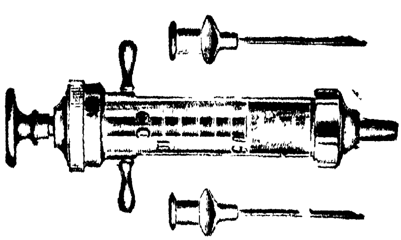
૪. ગર્ભાશયમાં કોઇપણ કારણસર હાથ નાંખવો પડયો હોય ત્યારે.



(ચીત્ર ૨૯ મું.)
દાયણના હથીયારનો કોથળો.



(ચીત્ર ૩૦ મું.)
દાયણ માટેનો ઝભ્ભો (Apron)



(ચીત્ર ૩૧ મું.)
સોયા વડે દવા મૂકવાની પીચકારી.

૫. ગર્ભાશયમાંથી બાળકના જન્મ પછી ચાલુ વાસ મારતો પરૂ માફક પ્રવાહી બહાર નીકળ્યા કરે ત્યારે.

૬. બાળક મૂએલું જન્મ્યું હોય અને તે કોહી ગએલું હોય ત્યારે.

બહારનાં જીવજંતુઓ કેવી રીતે અંદર દાખલ થાય છે?

બહારનાં જીવજંતુઓ નીચલી ત્રણ રીતે સ્ત્રીની ઇંદ્રીમાં દાખલ થાય છે અને ત્યાં કોહવાત શરૂ કરી, સૂવારોગ અને બીજા ભયંકર રોગોનો પાયો નાંખે છેઃ-

૧. મેલા હાથ વડે.

૨. મેલા હથિયારથી.

૩. બહારના ગૂહ્યભાગપરથી અને યોનીમાંથી.

દાખલા તરીકે સ્ત્રીને યોનીનો ગરમીનો સોજો હોય તો તે જીવજંતુઓ યોનીમાંથી ગર્ભાશયમાં દાખલ થવા પામે.

દાયણે હાથ અને હથિયારો કેવી રીતે સાફ રાખવાં?

હાથનાં નખ કાપવાં. સાબુ, બ્રશ અને ગરમ પાણી વડે તે ખૂબ સાફ કરવાં. પછી હાથને તુરત સેંકડે પંચાણું ટકા "આલકોહોલ" માં બે મિનિટ બોળી રાખી તે હાથને સેંકડે એક ટકા જેટલા લાઇસોલ અથવા એક હજારમાં એક ભાગ બાઇ કલોરાઇડ" સોલ્યુશનમાં ત્રણ મિનિટ બોળી રાખવા. ત્યારપછી હાથને કોઇ પણ ખરાબ વસ્તુને લગાડવા નહિ. હાથનાં રબરનાં મોજાં (Gloves) પહેર્યાથી વધુ ફાયદો થાય છે પણ તે મોજાંને પહેલા કપડામાં વીંટાળીને વીસ મિનિટ સુધી ગરમ પાણીમાં ઉકાળેલાં હોવાં જોઈએ.

હથિયાર સાફ કરવા માટે સેંકડે એક ટકા જેટલા સોડા સોલ્યુશનમાં હથિયારને પાંચ મિનિટ સૂધી ઉકાળવાં. હથિયાર

સાફ રાખવા માટે પારાવાળી વસ્તુ જંતુ નાશકારક દવા તરીકે વાપરવી નહિ.

હાથ સાફ કરવાનો બ્રશ–ઉડતા રોગોમાં બ્રશ વાપર્યા પછી નાંખી દેવો, પણ બીજી વેળા બ્રશને એક વખત વાપર્યા પછી ત્રીશ મિનિટ સૂધી તેને ગરમ પાણીમાં ઊકાળી કાચની બંધ બાટલીમાં મૂકી રાખવો.

યોની માટેની કાપડની ગાદી—૩×૮ ઇંચ રૂ કાતરવડે કાપી લઇ તેને ગૉઝ (Gauze) અથવા હલકા નેટના કપડામાં વીંટાળી બખીયો દઇ થોડી ગાદીઓ બનાવી રાખવી. આ ગાદીને વરાળ મારફતે સાફ કરીને સ્વચ્છ બાટલીમાં રાખી મૂકવી.

યોનીમાં અથવા ગર્ભાશયમાં દાટો મારવા માટે બે વાર પહોળી અને છ વાર લાંબી ગૉઝ અથવા બારીક મલમલનું કપડું લેવું. પછી ત્રણચાર ઇંચ પહોળી પટીઓ કરવી, પછી એક સાથ જોડી ગોળ બંડલ બનાવવું એવાં થોડા નાના બંડલો બનાવી રાખવાં. આ બંડલોને પહેલાં ઠંડા પાણીમાં બોળી રાખવાં અને પછી નીચવી લેવાં અને તેને ૧૦ ટકા લાઇસૉલમાં ૨૦ મિનિટ સૂધી ચાલણીમાં મૂકી વરાળ મારફતે સ્વચ્છ કરવી, તેને કાચની બાટલીમાં પછી મૂકી રાખવાં આ બાટલીને બે દિવસ સૂધી સતરીલાઇઝ (Sterilize) કરવી. આવી રીતે રાખેલી ગૉઝ લાંબો વખત સૂધી સ્વચ્છ રહે છે.

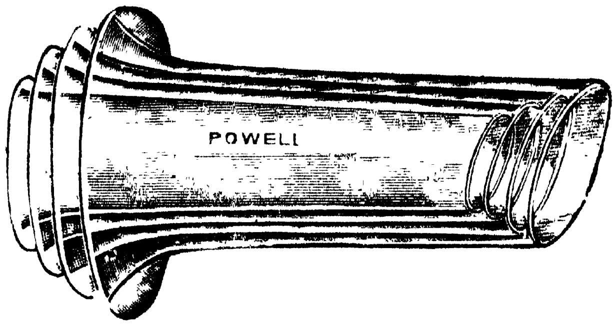
દાયણનું કામ કરતી સ્ત્રીએ નીચલી ચીજો રાખવી જોઇએઃ-

૧—જંતુ નાશકારક દવાઓ (Antiseptics).

ક. કોરોઝીવ સબલીમેટની ટીકલીઓ. એક ટીકલી એક પાંઇટ પાણી નાંખ્યાથી વાપરવા લાયક લોશન બને છે.

ખ. લાઇસૉલ. એક ક્વારટ (બશેર)પાણીમાં ૩ ડ્રામ લાઇસૉલ નામની દવા નાંખવી, એટલે સેંકડે એક ટકા જેટલું લાઇસોલ લોશન થશે.

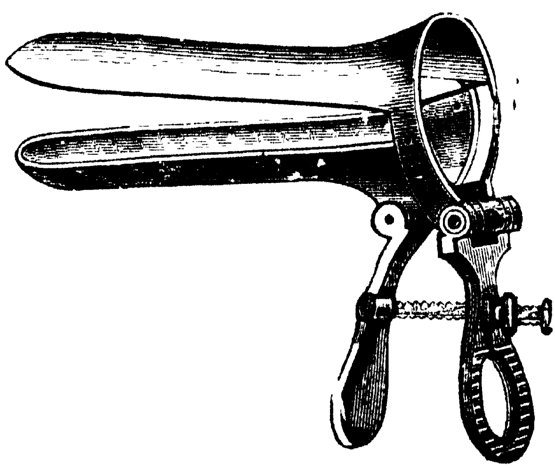
સ્ત્રીના અંદરના ગુપ્ત ભાગો તપાસવાના હથિયારો (Speculum.)



(ચીત્ર ૧૧ મું.)



(ચીત્ર ૧૨ મું.)



(ચીત્ર ૧૩ મું.)

ગ. ફૉરમેલીન સોલ્યુશન. ડૂશ માટે એક પાંઇંટ પાણીમાં ત્રીસ ટીપાં નાખવાં. હાથ ધોવા માટે એક ડ્રામ જેટલું એક પાંઇંટ પાણીમાં નાખવું.

ઘ. સતરાઇલ ગૉઝ, અને ૧૦ ટકા આયોડો ફોર્મ ગૉઝ.

ઙ. છાંટવાનો પાઊડર.

૨ દવા:—

લીકવીડ ઍક્ષટ્રેકટ ઑફ એરગટ ૩૦થી ૬૦ ટીપાં પાણીમાં આપવાં. ગર્ભાશયને સંકોચવા માટે સ્ત્રીકનાઇન અને અરગટીનની ટાંકલીઓ સોયાવડે આપવી.

ટીંકચર ઓફ ઓપીયમ (અફીણનો અરક) દુખાવા અને ઊંઘાવા માટે.

૩ હથિયારો:—

ડૂશ કૅન (પીચકારી મારવા) કાચનો હોવો જોઇએ.

હથિયાર સાફ અને ગરમ કરવા માટેનુ વાસણ (sterilizer)

ઝાડામાટે ઍનીમા આપવા "હીગનસ"ની રબરની પીચકારી

પિશાબ કરાવવાની સળી (કૅથીતર) ચામડીની નીચે સોયાવડે દવા મૂકવા માટે એક (Hypodermic syringe) હાઇપોડરમીક સીરીનજ.

બે કાતર–સીધી અને વાંકવાળી.

નખ સાફ કરવાનો બ્રશ.

હાથનાં રબરનાં મોજાં (Rubber gloves) રૂ, ગૉઝ, ગાદી વગેરે સ્વચ્છ કાચની બાટલીમાં બે ઇનેમલના લોશન અને હથીયાર રાખવા માટેના વાસણ, *

---

* ઉપલી સર્વ ચીજો Messrs N. Powel & Co. Bombay આંથી મળી શકશે.

પ્રકરણ ૯ મું.

પ્રસવ અથવા બાળક અવતરવાની ક્રિયા અને તેની માવજત.

The mechanism and management of Normal Labour.

બાળક અવતરવાની ક્રિયાને **પ્રસૂતિ** કહે છે. પ્રસૂતિ દિવસના કરતાં રાતની વેળા વધુ બને છે અને વિષેશ કરીને ઘણાં બાળકો રાત્રિના બાર અને ત્રણ વાગ્યાની વચમાં જન્મ લે છે. પહેલી સૂત્રાવડ વેળા છૂટકારા માટે બારથી ચૌદ કલાક લાગે છે. પણ બીજી પ્રસૂતિ વખતે અને ત્યાર પછી છથી આઠ કલાકમાં બાળક અવતરે છે. પ્રસૂતિની વેદના શરૂ થાય ત્યારથી ઑર પડે ત્યાંસુધીની વેળાને ત્રણ ભાગમાં વહેંચી નાંખવાથી દાયણને બહુ સગવડ થાય છે. **ખરી વીણુ** શરૂ થવા માંડે ત્યારથી તે કમળનું મ્હોં પૂરેપુરૂં ખુલ્લું થાય ત્યાં સુધીના વખતને પ્રસૂતિનો **પહેલો** તબકકો કહે છે. **બીજા** તબક્કામાં બાળક જન્મ લેછે, જ્યારે **ત્રીજામાં** ઑર પડે છે.

પ્રસૂતિનો વખત નજદીક આવવાનાં ચિન્હોઃ-

કેટલીક વાર સૂવાવડની એક બે દિવસ આગમચ ચોક્કસ ચિન્હો અને લક્ષણો માલુમ પડે છે જેને 'સૂચક ચિન્હો' કહે છે. તે ઉપરથી બાળક અવતરવાનો વખત થયો છે કે કેમ તે માલુમ પડી આવશે. પહેલી વેતે આ ચિન્હો બહુ ઉપયોગી થઇ પડે છે.

(ક). **ખરી વીણુ** (દુઃખાશે) હંમેશાં પૂરા મહિના થયા પછી આવે છે જ્યારે ખોટી વીણુ તેની ઘણો વખત આગમચ કે

ગમે તે વખતે આવેછે. ખોટી વીણ પારખવાની જરૂર છે. તેમ નહિ થાય તો ફોકટનો ગભરાટ કરી છૂટકારાનો વખત આવ્યો છે એમ સમજી તબિબને કે દાયણને તેડવાની અથવા સુવાવડ ખાનામાં લઇ જવાની દોડાદોડી કરી મૂકવામાં આવે છે.

(ખ). **કમળનું મ્હોં રૂ માફક નરમ થાય છે અને ધીમેથી ખુલ્લું થતું દીસે છે.** પહેલા પ્રસવ વખતે ફૂલનું મ્હોં જયાંસૂધી છૂટકારાનો વખત આવે ત્યાંસૂધી ખુલતું નથી અને પહેલી વેતે ખુલેલું મ્હોં પ્રસૂતિ નજદીક છે એમ દેખાડે છે. પણ બીજી વેતે અને ત્યારપછી કમળનું મ્હોં થોડા દિવસ આગમચથી ખુલેલું હોય છે.

(ગ). **લોહીવાળું ચીકણું સફેદ પાણી કમળના મ્હોંમાંથી ઝરફે** છે અને તેનું કારણ એ હોય છે કે ગર્ભપટલ અથવા ટશિયાનો જે ભાગ કમળના મ્હોંને વળગેલો હોય છે તે હવે છૂટો થવા માંડે છે.

(ઘ). બહારના ગુપ્ત **ભાગોપર આ વખતે જરા સોજો દીસે છે,** કારણ કે બાળકનું માથું વસ્તિદેશના ખરા પ્રદેશમાં નીચે ઉતરેલું હોવાથી, તે ગુપ્ત ભાગોની કાળી શીરાઓપર દબાણ કરે છે.

(ચ). પહેલી વેતે બાળકનું **માથું ત્રણ ચાર અઠવાડીઆં આગમચ** વસ્તિદેશમાં આવી તે **કાયમ રહે છે** પણ બીજી વેતે અને ત્યારપછી બાળકનું માથું બાળક અવતરવાની વખતેજ વસ્તિદેશના કાંઠા ઉપર આવે છે. તેટલા માટે આ નિશાની બીજી વેતે અને ત્યાર પછી બહુ ઉપયોગી થઈ પડે છે.

ખરી વીણો.

True Pains.

૧. પૂરા મહિના થયા પછીજ છૂટકારાની વખતે આવે છે.

૨. પાણી જેવો ચીકણો રતાશવાળો આવ નીકળે છે. (Show)

૩. દુખારો કમ્મરમાંથી શરૂ થઇ નીચે થાપામાં ઉતરે છે.

૪. ગર્ભાશયને કોઇ ઉપરથી દાબતું હોય એમ લાગે છે.

૫. નિયમીત વખતેજ નિયમીત વીણો આવે છે. જેમ છૂટકારાની વખત નજદીક આવે છે તેમ જલદી „જલદી" વીણો આવે છે.

ખોટી વીણો.

False Pains

૧. ગમે તે વખતે અને હમેલની કોઇ પણ મુદતમાં આવે છે. ખોટી વીણ પ્રસૂતિની વીણ નથી, પણ કબજીયાત, પેટમાં પવન, અપચો વગેરેને લીધે આવે છે.

૩. વીણ એક ઠેકાણે જણાતી નથી, ઘડીકમાં થાપામાં તો ઘડીકમાં પીડુંમાં દીસે છે.

૪. પેટમાં વાયુ અથવા અજીર્ણની ચૂંક થાય છે તે માફક ચૂંક આવે છે.

૫. અનિયમીતપણે અને ગમે તેવા જોરથી વીણ આવેછે.

સ્વાભાવિક પ્રસૂતિની પહેલી વ્યવસ્થા.

First Stage of Labour

પ્રસૂતિની પહેલી અવસ્થા ખરી વીણોથી શરૂ થાય છે તેને લીધે કમળનું મ્હોં ખીલે છે અને તેના પૂરા ખીલવા સાથ તશિયો બહાર નીકળી ફૂટી જાય છે.

(ક) પહેલી વ્યવસ્થામાં ગર્ભાશયનું નિયમિત રીતે સંકો-

આવાથી, ખરી વીણો નિયમિત રીતે આવે છે અને તેનો દુઃખારો કમ્મરમાંથી શરૂ થાય છે.

(ખ) કમળનું મ્હોં ખીલે છે અને છેલ્લા તે એટલું મોટું થાય છે કે બાળકનું માથું આસાનીથી બહાર નીકળે છે.

(ગ.) જેવું કમળનું મ્હોં પૂરેપુરૂં ખીલી રહે છે કે તશિયો પુક્કા માફક બહાર દીસે છે અને તે ફુટી જાય છે તેના ફુટયાથી થોડું ગર્ભજળ (પાણી) બહાર નીકળે છે અને તેના નીકળવા સાથ બાળકનું માથું વસ્તિદેશના ખરા પ્રદેશમાં આવી જડ બેસે છે.

પ્રસૂતિની શરૂઆતમાં સ્ત્રીને પેટ હલકું લાગે છે અને તેણી ફર હર કરી શકે છે, પહેલાં જેવડું પેટ મોટું દેખાતું નથી. પહેલી ખરી વીણ દર અર્ધે કલાકે આવવા માંડે છે અને જેમ છૂટકારાનો વખત નજદીક આવતો જાય છે તેમ વધુ અને વધુ આવે છે. છેવટે તે દર બે ત્રણ મિનિટે આવે છે. શરૂઆતમાં દુઃખારો અંદર કાંઇ કપાઈ વહડાઈ જતું હોય તેમ લાગે છે અને તેણીથી બૂમ પડાઇ જાય છે. આ વખતે કેટલીક સ્ત્રીને ઉલટી થાય છે.

પહેલી અવસ્થા કેમ પારખશો ?

(ક) ગર્ભાશયનું સંકોચાવું અને વીણ એકજ હોય છે, અને ગર્ભાશયપર હાથ મૂકતાં તે કઠણ થતું માલુમ પડે છે.

(ખ) બાળકનું માથું જે વસ્તિદેશની કોરની ઉપર હોય છે તે અંદર ખુંચી બેઠેલું માલુમ પડે છે.

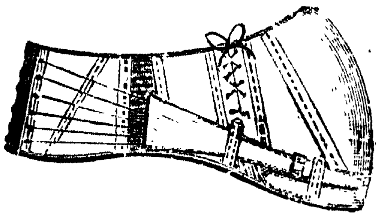
(ગ) યોનીમાર્ગે મારફતે તપાસ કરતાં કમળનું મ્હોં ખુલેલું દીસે છે અને જે વખતે વીણ આવે છે તે વખતે તશિયો ફુક્કાની માફક કમળના મ્હોંમાંથી ડોકયું કરતો દીસે છે.

પ્રસૂતિની પહેલી વ્યવસ્થાની માવજત.

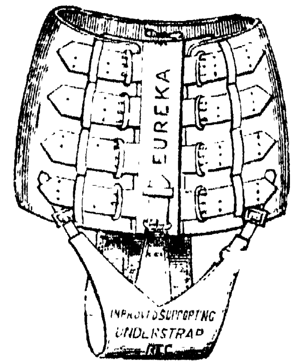
પહેલી વેતે છૂટકારાને માટે અગીઆરથી બાર કલાક લાગે છે. બીજી વેતે અને ત્યારપછી સાતથી આઠ કલાકમાં છૂટકારો થાય છે. પહેલી વેતે સ્રીની ઉમર ઘણી મોટી હોય તો પ્રસૂતિને ઘણો વખત લાગે છે. પહેલ્લા દરજ્જામાં દાયણ અથવા કોઇએ હાથ નહિ ઘાલતાં માત્ર ઊભા રહી, સ્વાભાવિક શક્તિથી તેનું કુદરતી કાર્ય થવા દેવું. પરંતુ કેટલી અજ્ઞાન અને અણઘડ દાયણો વચમાં હાથ ઘાલીને આ સહેલા કુદરતી બનાવને મુશ્કેલ અને સંકટ ભરેલો કરે છે. તેણીએ તો માત્ર તપાસવાનું છે કે સ્વાભાવીક પ્રસૂતિ થશે કે નહિ.

સ્વાભાવીક પ્રસૂતિ (normal labour) માં બાળકનું માથું પહેલું આવે છે, વીણો નિયમિત રીતે આવે છે, અને ચોવીસ કલાકની અંદર સ્રી સૂખેથી વગર ઇજાએ અને હથીયારની મદદ વગર બાળકને જન્મ આપે છે.

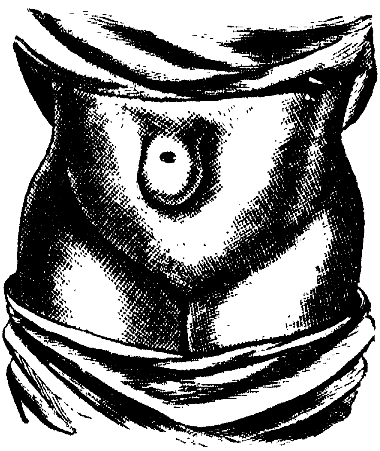
ત્યારપછી સ્રીની હાલત અને પ્રસવદ્વાર (સ્રીની જનેન ઈંદ્રી) નો માર્ગ તપાસવો. હમેલના દહાડા પૂરા થઇ ગયા પછી ગર્ભીણીને થોડી થોડી ખરી વેદના થવા લાગે છે એટલે પ્રસૂતિની પહેલી અવસ્થા શરૂ થાય છે. આ વખતે ત્રણથી ચાર ચમચા જેટલું એરંડયું દૂધમાં કે આદુના રસમાં આપવું, તેથી ગર્ભાશયને ઉત્તેજન મળે છે, અને ઝાડો થાય છે, સ્રીની જનેન ઈંદ્રિની બાજુની જગ્યા ખાલી થાય છે અને બાળકના માથાને બહાર આવવાને માટે મોકળી જગા મળે છે. એરંડયું આપ્યા છતાં ખુલાસાથી ઝાડો ન થાય તો સાબુ તથા ગરમ પાણીની સફરામાં પીચકારી મારવી. આ અવસ્થામાં ગર્ભિણીએ સૂઇ નહિ



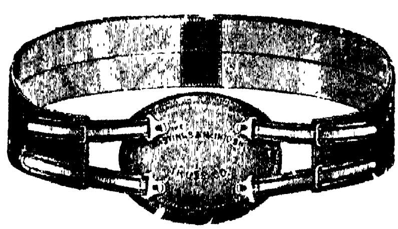
(ચીત્ર ૪૩ મું.)
ઝુલાઇ પડતા પેટના પાટા.



(ચીત્ર ૪૪ મું.)
સુવાવડના પાટા.



(ચીત્ર ૪૫ મું.)
બાળકની ડુંટીમાંથી આંતરડાનું
બહાર નીકળવું.
(Hernia.)



(ચીત્ર ૪૬ મું.)
આંતરડું ઉતરી પડતું
અટકાવવાના પાટા.
(Truss.)

રહેતાં બેસવું, ફરવું અને થોડું ઘરનું કામ કરવું. તેમ કર્યાથી કુદરતને તેના કામમાં મદદ મળશે. સ્રી ઉભેલી હોય તે વખતે વીણુ આવે તો તેથી વધુ જલદી કમળનું મ્હોં ખીલશે. યોની-માર્ગ મારફતે તપાસ કરવી હોય તો દાયણે પોતાના હાથ જંતુ નાશકારક દવાએ ધોઈને સ્વચ્છ કરવા અને તપાસતી વખતે તશિયાને નખ નહિ લાગે તેની સંભાળ લેવી, નહિતો તશિયો ફૂટી જઈ કમળનું મ્હોં ખુલતું બંધ થઈ જશે.

યોની પરિક્ષાના આધારે આ વેદના ખરી છે કે ખોટી, છુટકારાનો વખત થયો છે કે કેમ, ગર્ભની સ્થિતી કેવી છે, તેનો દર્શન ભાગ કયો છે વિગેરે ઘણી અગત્યની ખબર મળે છે. યોનીમાં આંગળી ધીમેથી નાંખવી. ગર્ભાશ્યનુ મ્હોં ખુલ્લું થયુ છે કે નહિ તે પ્રથમ તપાસવું અને જો તે થોડું ખુલ્લું હોય તો તે પ્રસૂતિની શરૂઆત દેખાડે છે. જો તશિયો ફુક્કા માફક અથવા તો મસ્કતી દાડમ જેવડો મોટો લાગે તો પહેલી અવસ્થા જલદી પુરી થશે એમ જાણવું. તશિયાને બદલે બાળકના વાળ હાથને લાગે તો તશિયો ફુટી ગયો છે એમ જાણવું. કમળના મ્હોંમાંથી માથું બહાર દીસે તો જાણવું કે પહેલી અવસ્થા પૂરી થઇ છે, પણ માથાને બદલે હાથ, પગ, જાંગના કુલા આંગળાંને લાગે તો **પ્રસૂતિ અસ્વાભાવીક** છે એમ જાણવું. (Abnormal Labour). આંગળાંવડે કદીપણ કમળનું મ્હોં ખુલ્લું કરવું નહિ. કમળનું મ્હોં પૂરેપુરૂં ખુલ્લું થયા પછી કેટલીક વાર તશિયો ફુટતો નથી, તો આવી વખતે સ્વચ્છ સોયાવડે તે ફોડવામાં આવે તો અડચણ નથી. જો સ્રીનું પેટ ઘણું ઝુલતું હોય તો પાટો બાંધવો, (ચીત્ર ૪૩ સુ), જેથી ગર્ભાશ્ય વસ્તિદેશની કોરની

આગળ ઢળી પડે નહિ. કેટલીક દાયણોને યોનીમાર્ગમાં આંગળી મૂકી વારંવાર તપાસ કરવાની ટેવ હોય છે, પણ તેમ કરવું નહિ. તશિયો ફુટયા પછી એક વખત યોની પરીક્ષા કરી ખાતરી કરવી કે માથું નીચે છે કે કેમ, બચ્ચું સીધું છે કે આડું પડેલું છે (ચિત્ર ૩૩, ૩૪, ૩૫ મું.) અને નાળ બહાર છે કે અંદર. થાપામાં આંકડીઓ આવી હોય તો હાથવડે તે જગ્યા દાબવી એટલે આરામ થશે. પિશાબની હાજત થતી હોય તો રોકવી નહિ. કવખતે સ્ત્રીએ કરાંઝવું નહિ, નહિં તો વગર જરૂરે તેણી નબળી થઇ તશિયો ફાટી જવાનો સંભવ રહેશે. જ્યારે 'બીજી અવસ્થામાં' પોતાની મેળે કરાંઝવું પડે છે ત્યારે તેણીને શક્તિ રહેતી નથી. પહેલી અવસ્થાની આખરે ગર્ભિણીની જાંગમાં અને હાથ પગમાં કોઇ કોઇ વખતે કંપારી છૂટે છે. આથી કાંઇ નુકશાન થતું નથી. આવી વખતે ગરમ ચાહ, કૉફી, અથવા દૂધ પીધાથી તે મટી જાય છે. કેટલીક સ્ત્રીને ઉલટી થાય છે અથવા તેણીના પગમાં ગોટલાં આવીને આંકરાં આવે છે. ગોટલાં ઊપર ગરમ કીધેલા હાથે ચંપી અથવા ગરમ ઇંટનો શેક કર્યાથી ઝટ આરામ થાય છે. સૂવાવડના ઓરડામાં દાયણ તથા પ્રસૂતિ થનારી સ્ત્રી ઉપર માયા મમતા રાખનારી એક બે સ્ત્રીઓ શિવાય બીજી કોઈ પણ સ્ત્રીને ઊભી રાખવી નહિ. પ્રસૂતિ થનારી સ્ત્રીની નજદીક કાંઇ પણ ગભરાટ છૂટે તેવી વાત કરવી નહિ. કેટલીક દાયણોને પોતાના આગલા કડવા અને વીકટ દાખલામાં તેણીએ કરેલા ઊપચારનો અનુભવ કહેવાની હોંશ અને ઊલટ હોય છે, પણ તેમ તેણીને કરવા દેવું નહિ. આવી વાતથી ગર્ભિણી સ્ત્રી ગભરાટમાં પડે છે. વળી હાજર

રહેલી સ્રીઓએ એકબીજાના કાનમાં કાંઇ વાત કરવી નહિ; આમ કર્યાથી તેણીના મનની શાંતી તુટી જાય છે અને પ્રસૂતિમાં અડચણ પડે છે.

કેટલીકવાર પાણીની થેલી સાથ એટલે તશિયેા ફુટયા વગર બાળક જન્મે છે. કેટલાકેા તેને ભાગ્યશાલી સમજે છે અને તે બાળક કદી પણ અકસ્માતથી ડુબી જશે નહિ એમ કેટલીક સ્રીઓ માને છે. આવી વખતે જેમ બને તેમ જલદી સ્વચ્છ છરી, કાતર અથવા નખવડે તે થેલી ફાડી નાંખવી, નહિ તેા બાળક ગુંગળાઇને મરી જશે. પહેલી અવસ્થામાં સ્રીને ઠંડી ચીજ ખાવા આપવી નહિ. તેને બદલે ગરમ દૂધ, કૉફી અથવા ચાહ આપવી. **પહેલી અવસ્થામાં ધાંધલખેાર દાયણ અથવા તબીબ કશેા ફાયદેા કરી શકતાં નથી.**

પ્રસૂતિની બીજી અવસ્થા.

(Second Stage of Labour.)

કમળનું મ્હેાં પૂરેપુરૂં ખીલ્યા અને તશિયેા ફુટયા પછી બીજી અવસ્થામાં બચ્ચાંનેા જન્મ થાય છે ત્યારે શું કરશેા ?

પહેલી વેતે બીજી અવસ્થાનેજ એકથી બે કલાક લાગે છે. જ્યારે બીજી વેતે અને ત્યારપછી ૧૦ થી ૧૫ મિનિટમાં બાળક જન્મ લે છે.

બીજી અવસ્થામાં ગર્ભાશય નિયમિત રીતે સંકેાચાય છે, તેના સ્નાયુએા ચાલુ ખેંચાયા કરે છે અને વીણ જલદી જલદી આવતી જાય છે. સ્રી પેાતે બહારના, પેટના અને છાતીના સ્નાયુએાને સંકેાચાવે છે. આ અવસ્થામાં વેદનાનું જોર અને

તેથી થનારૂં દુઃખ વધે છે. આ વેદનાથી સ્ત્રી શ્વાસ ઘુંટી રાખીને પોતાની મેળે કરાંઝે છે, અને જે કાંઇ પકડવાનું મળે તે મજબૂત પકડે છે. આપોઆપ કરાંઝવું એ બીજી અવસ્થાનું મૂખ્ય ચિન્હ છે. વીણુ ગર્ભાશયના સંકોચાવાથી આવે છે અને તેથી બાળક વધુ અને વધુ આગળ આવે છે. બાળક જન્મતાં બીજી અવસ્થા પૂરી થાય છે. તે વીણુ બહુ જલદી એટલે ત્રીશથી સાઠ સૅકન્ડે આવે છે અને છેવટે તે દર પાંચ સેકન્ડે આવે છે. બાળક અવતરવાની વખતે ચાલુ વીણો આવ્યા કરે છે. આ વખતે તે સ્ત્રી પેટ અને છાતીના સ્નાયુઓનો ઉપયોગ કરે છે. તેણી એક ઊંડો દમ ખેંચી ગળાની ઘાંટી બંધ કરે છે અને પેટના તથા છાતીના સ્નાયુઓને એવી રીતે સંકોચાવે છે કે સર્વ ભાર ગર્ભાશય અને ગર્ભપર પડે છે. તેટલા માટેજ જ્યાંસુધી કમળનું મ્હોં પુરેપુરૂં ખીલતું નથી ત્યાંસુધી પેટના અને છાતીના સ્નાયુઓ સ્થિર રહે છે, પણ જેવું કમળનું મ્હોં ખીલી તશિયો ફૂટે છે કે તરતજ આ સ્નાયુઓ ગર્ભને ગર્ભાશયમાંથી બહાર કાઢે છે, એટલે જે ભાગ પહેલાં અવતરવાનો હોય તે કમળના મ્હોંમાંથી બહાર નીકળે છે, તે યોનીમાર્ગમાં આવે છે અને આ ઠેકાણે ફરી એકવાર અટકે છે અને જેવું માથું "પૅરિનીયમ" (Perineum) (યોનીદ્વાર અને સફ્રાની વચ્ચેનો ભાગ) પર આવ્યું કે ઘણો દુખાવો થવા લાગે છે. આ વખતે માથું બહાર નીકળતાં જરા વખત લાગે છે. જ્યારે માથું 'પેરિનયમ' પર આવે છે ત્યારે સ્ત્રી બૂમ પાડી ઊઠે છે અને આટલો વખત સૂધી જે દમ રૂંધી રાખ્યો હતો તે છોડી દે છે એટલે કે તેણી વધુવાર પેટના સ્નાયુઓ સંકો-

આવતી નથી, કારણ કે નહિ તો " પૅરિનીયમ " ચીરાઇ જવાનો સંભવ રહે છે. તેટલા માટે બાળકનું માથું ધીમે ધીમે " પૅરિનયમ " ઉપરથી બહાર આવે છે.

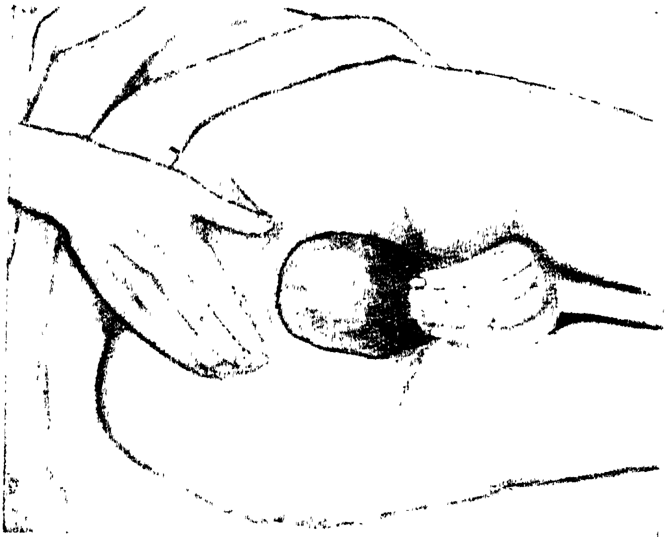
ગર્ભિણીને બીજી અવસ્થામાં દાખલ થયલી કેમ જાણશો ?

પહેલાં કરતાં ગર્ભાશય વધુ જોરમાં અને જલદી સંકોચાય છે. વીણો ઝડપથી આવે છે. તેણીની નાડી અને શ્વાસ જોરથી ચાલે છે. તેણીને આ વખત ખૂબ પરસેવો પડે છે અને જેવું માથું સફરાપર આવે કે તેણીને ઝાડાની હાજત થાય છે, પરંતુ પ્રથમ ઝાડાને માટે પીચકારી આપેલી હોવાથી તે વખતે ઝાડો થતો નથી. પહેલી અવસ્થામાં તેણી પોતાનો દમ રૂંધી રાખી કરાંઝે છે. યોનીમાર્ગ મારફતે તપાસ કરતાં કમળનું મ્હોં ખૂલેલું દીસે છે. તશિયો ફૂટેલો માલુમ પડે છે અને ગર્ભજળ (પાણી) નિકળ્યા પછી સ્ત્રી વધુ જોરથી કરાંઝે છે. પેટ ઉપર હાથ મૂકતાં ગર્ભાશય દુખાવા સાથ સંકોચાતું હોય તેમ દીસે છે.

પ્રસૂતિની બીજી અવસ્થાની માવજત.

ગર્ભિણી સ્ત્રીની બીજી અવસ્થામાં શું કરશો ? હવે સ્રીને સૂવાવડના ઓરડામાં લઇ જઇ સુવાડવી. તેણીને બેસવા કે ઉભી રહેવા દેવી નહિ, કારણ કે બાળકનું માથું જોરસાથે નીચે આવી જાય તો તે એકદમ ભોંયસાથે અથડાઇને માર્યું જાય. બીજી અવસ્થામાં દાયણ તથા તબીબને માથે ઘણી ફરજો બજાવવાની હોય છે. પહેલું જોવાનું એ કે પ્રસૂતિ સ્વભાવિક છે કે કેમ ? ત્યારપછી સ્રીની નાડ, તેણીનો શ્વાસોશ્વાસ અને ગર્ભાશય

કેવી રીતે સંકોચાય છે તેની તપાસ લેવી. જેવો તશિયો ફુટે કે એક વખત યોનીમાર્ગે તપાસ કરવી. પહેલી અવસ્થામાં તપાસ કરતાં માલુમ પડે કે માથું કમળના મ્હોંપર આવી જડ થઇ બેઠું છે તો બીજી અવસ્થામાં યોનિપરિક્ષા કરવાની જરૂર રહેતી નથી. જ્યાંસૂધી બાળકનું માથું ગર્ભાશયમાંથી નીકળી યોનીમાર્ગમાં આવે ત્યાંસૂધી દાયણે વચ્ચે પડવું નહિ. દાયણો કેટલીકવાર સ્રીને ચતી સુવાડે છે પણ તેમ નહિ કરતાં તેણીને ડાબી બાજુએ સુવાડવી. ચતી સુવાડયાથી 'પૅરિનીયમ' ચીરાઇ જવાનો ભય રહે છે. બિછાનાપર "મૅકીનટોશ" (કાળું ચામડું) મૂકી રાખવું, જેથી રક્તસ્રાવથી તે ખરાબ થાય નહિ. કરાંઝવાની વેદના થવા માંડતા એક ચાદર પલંગના પગજોડે બાંધી તેણીના હાથમાં આપવી, અથવા પલંગની ઇસસાથે એક ટુવાલ બાંધી વીણ આવતાં તે ખેંચવાને તેણીને કહેવું. એથી પણ વધારે કરાંઝવું હોય તો પગની તરફના પલંગના પગ ઉપર અથવા બાજુની ભીંતપર પોતાના પગ ટેકવી, તેની મદદથી સ્રીએ કરાંઝવું. બીજી અવસ્થાની શરૂઆતમાં શ્વાસો શ્વાસ બહાર ન કાઢતાં દમ રૂંધીને તેણીએ કરાંઝવું, જેથી ગર્ભ સહેલાઇથી બહાર આવશે. ગર્ભનું માથું કમળના મ્હોંમાંથી નીકળી યોનીમાર્ગ (સ્રીની ઇંદ્રિના મ્હોં) આગળ આવવા લાગે કે તરત સ્રીને પલંગના કિનારા ઉપર ઢગરા આણીને ઘુંટણ પેટ પાસે લાવવું અને બે જાંગની વચ્ચે તકીયો આપવો. આ વખતે સ્રીથી બૂમ પડાઇ જાય છે અને રૂંધી રાખેલો દમ તેણી બહાર કાઢે છે. હવે બાળકનું માથું યોનીમાર્ગમાંથી ધીમેથી બહાર આવે છે. પણ જો આ વખતે દાયણ અથવા તબીબ સાવચેતી નહિ રાખે તો 'પૅરિનીયમ' (Porineum) ચીરાઇ



(ચીત્ર ૨૨ મું.)
સ્ત્રીનું પેરિનિયમ ચીરાઇ જતું કેમ અટકાવશો ?



(ચીત્ર ૨૩ મું.)
માથાનું યુક્તીથી અવતરવું.

જાય, તેણીને તે વખતે વેદના થાય અને તેને લીધે પાછળથી તેણી બીજી પીડાકારીઓથી હેરાન થાય છે.

પૅરિનીયમ ચીરાઇ જતું કેમ અટકાવવું? (ચીત્ર ૨૨ મું)

(ક) ડાબો હાથ ગર્ભિણીના થાપા ઉપરથી થઇ બન્ને જાંગની વચ્ચેથી બહાર કાઢી બાળકના માથા ઉપર લાવીને રાખી મૂકવો અને જેવી વીણુ આવે કે તેણીને કરાંઝવા નહિ દેતાં બૂમ પાડવા કહેવું, જેથી માથું ધીમે ધીમે આવતાં તે ભાગ ચીરાઇ જાય નહિ. પણ જો વીણુ જોરમાં આવે તો ધીમેથી બાળકના માથા ઊપર ઉપલી તરફ દબાણ કરવું જેથી હડપચી છાતી તરફ વળેલી રહે, અને જેવું માથું બહાર આવવા માંડે કે તુરત જમણા હાથની હથેલી પહોલી કરીને, હથેલીના પોંહચાથી નીચલા "પૅરિનયમ" પર નહિ પણ સફરા અને પૂંછડીના હાડકાની વચમાં દબાણ કરવું. પૅરિનીયમ ચીરાઈ જતું અટકાવવા માટે પૅરિનીયમની ઉપર કદી સીધું દબાણ કરવું નહિ.

(ખ) દબાણ એવી રીતે કરવું કે હડપચી છાતી તરફ વળેલી રહે, નહિં તો જો માથું ગરદનની ઊપર પછવાડે ઢળી જાય તો 'પૅરિનીયમ' ચીરાઇ જવાનો સંભવ રહે છે.

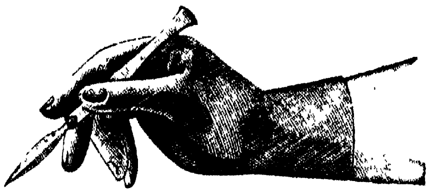
(ગ) વીણુ આવે એટલે કે ગર્ભાશય સંકોચાતું હોય તે વેળા બાળકના માથાને બહાર આવવા દેવું નહિ. પણ વીણુ આવી ગયા પછી માથું યોનીદ્વારમાંથી કાઢવાની તજવીજ કરવી.

(ઘ) રસકપૂર કે એવી બીજી રસાયણીક મેળવણીથી યોની ધોવી નહિ, કારણ કે તેથી યોનીમાર્ગમાંથી નીકળતો ચાલુ ચીકણો પ્રવાહી સૂકાઇ જાય છે અને સ્નાયુઓ સૂકા થઇ ચીરાઇ જાય છે. ગરમ પાણીમાં 'લાઇસોલ' નાંખી શેકવાથી

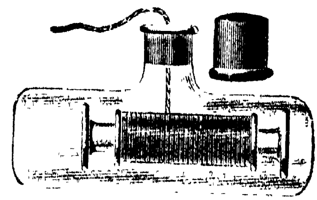
'પૅરિનીયમ' ફાટવાનો ભય કમી થાય છે અને સ્ત્રીને આરામ લાગે છે.

(ડ) કેટલાકો પહેલી વેતે 'પૅરિનીયમ' ચીરાશેજ એમ જાણી કાતરવડે તે ચીરે છે. કુદરતી રીતે ચીરાયલું 'પૅરિનીયમ' ખરબચડું અને ગમે તેમ હોય છે પણ તબીબને હાથે સીધું ચીરાયલું 'પૅરિનીયમ' જલદી અને થોડી અડચણે ટાંકા માર્યા પછી રૂઝ આવશે.

બાળકનું માથું બહાર આવતાં (ચિત્ર ૨૩ મું) તુરત દાયણે જોવું કે તેના ગળાની આસપાસ **નાળ વિંટળાયલો છે કે નહિ.** જો તે વિંટળાયલો હોય તો તેને સેહજ નીચે ખેંચી માથાની ઉપરથી સેરવી દેવો અથવા તેને એટલો ઢીલો કરવો કે તે દબાયા વગર આખું શરીર તેની વચ્ચેથી પસાર થાય. કોઇ વાર નાળ ગળાને મજબુત વળગેલો હોય તો સ્ત્રીને કરાંઝવા કહેવું અને જેવો ખભો દીસે કે નાળ તે ખભાપરથી નીચે સેરવી દેવો અને પછી બીજા ખભાપરથી પણ તેજ રીતે સેરવવો. જો નાળ ટુંકો હોય તો તેને કાતરવડે કાપી, બન્ને છેડાને તુરત મજબુત દોરાવડે બાંધી દેવા. જો નાળ ગરદનની આસપાસ ન હોય તો કાંઇ કરવું નહિં, કારણ કે માથું આવ્યા પછી એક મિનિટે એક વીણ આવશે અને ખભાઓ બહાર નીકળશે. ખભા નીચે આવવા માંડતાં માથાને માતાની બે જાંગની વચમાં પેટ તરફ ઊચકવું જેથી પછવાડેનો ખભો પૅરિનીયમ ઉપર આવે. હવે જરા માથાને જરા પછવાડે ખેંચવું કે આગલો ખભો પૅરિનીયમ પરથી નીકળે. માથું બહાર આવે કે તરતજ એક બાઇએ ગર્ભાશય (પેટ) ઉપર હાથવડે જોરથી દબાણ કરવું અને જેમ છોકરૂં વધારે બ



(ચીત્ર ૨૬ મું.)
હાથ સ્વચ્છ રાખવાનું રબરનું
મોજું (Gloves)



(ચીત્ર ૨૭ મું.)
નાળ્યુ બાંધવા માટેની સ્વચ્છ
દોરી.



(ચીત્ર ૨૮ મું.)
નાળ્યું કેવી રીતે બાંધે છે ?

હાર આવતું જાય તેમ તેણે પેટના નીચલા ઉતરતા ભાગ ઉપર દબાણ કર્યા જવું. બાળકનું આખું શરીર બહાર નીકળ્યા પછી દાયણે નાળમાં હાથ વડે ધબકારા તપાસી જોવા અને તે બંધ થયા પછી સ્વચ્છ દોરીવડે (ચિત્ર ૨૭ મું) નાળને બાળકની દૂંટીથી એક બે ઇંચ દૂર બાંધવી (ચિત્ર ૨૮ મું). અને બીજો ગાંઠ તેથી એક ઇંચને છેટે બાંધવો. બે ગાંઠની વચમાં સ્વચ્છ કાતર વડે નાળ કાપવી અને પછી બાળકને તેની માતાથી છૂટું કરી તેની આવતા પ્રકરણમાં જણાવ્યા મૂજબ માવજત કરવી. **છોકરૂં જન્મી ઑર પડે અને સ્રીને ત્યારપછી પાટો બાંધવામાં આવે ત્યાંસુધી તે હાથનું દબાણ પેટઉપરથી કાઢી લેવું નહિ.**

એવી રીતે કર્યાથી ઑર જલદી બહાર આવે છે. તેથી ગર્ભાશય સંકોચાય છે અને ઘણું લોહી વહેવાનો સંભવ ઓછો થાય છે.

બાળક અવતરવાને ઘણો વખત ક્યારે લાગે છે ?

પ્રસવની બીજી અવસ્થા લંબાવાનાં કારણો.

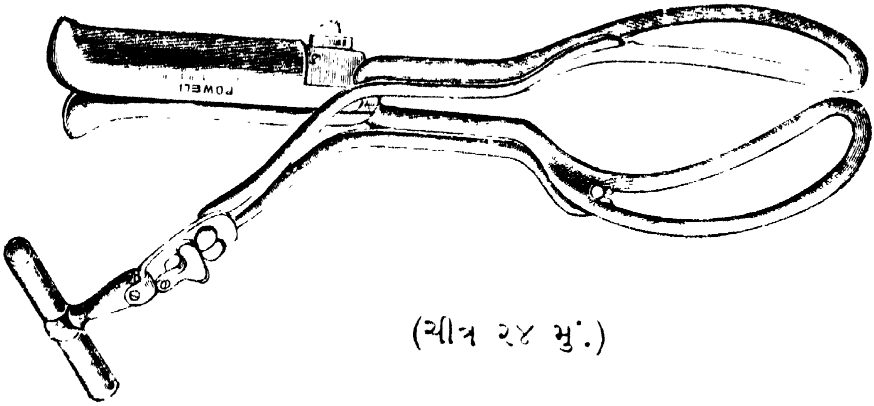
૧ ગર્ભાશયની નબળાઇને લીધે તે પુરતું સંકોચાય નહિ.
૨ પેટ અને છાતીના સ્નાયુઓ મંદ પડી જાય.
૩ સાંકડો યોનીમાગ.
૪ ઝાડાનો માર્ગ મળથી ભરાયલો હોય.
૫ પિશાબનો કુકકો ભરેલો હોય.
૬ સ્રીઅંડ અને ગર્ભાશયમાં ગાંઠ (ટયુમર) હોય.
૭ બેડાળ અને અસ્વાભાવીક વસ્તિપ્રદેશ.
૮ વસ્તિપ્રદેશમાં કઠણ ગાંઠ હોય.

૯ નાળચું નાનું હોય.
૧૦ બાળક ગર્ભાશયમાં મરી ગયું હોય.
૧૧ ઘણું મોટું બાળક હોય.
૧૨ બાળકની ખોપરીનાં હાડકાં કઠણ જડ મારી ગયાં હોય.
૧૩ બાળકના માથાપર પાણી અને પેટમાં જલંદર હોય.
૧૪ અસ્વભાવિક પ્રસૂતી વેળા.

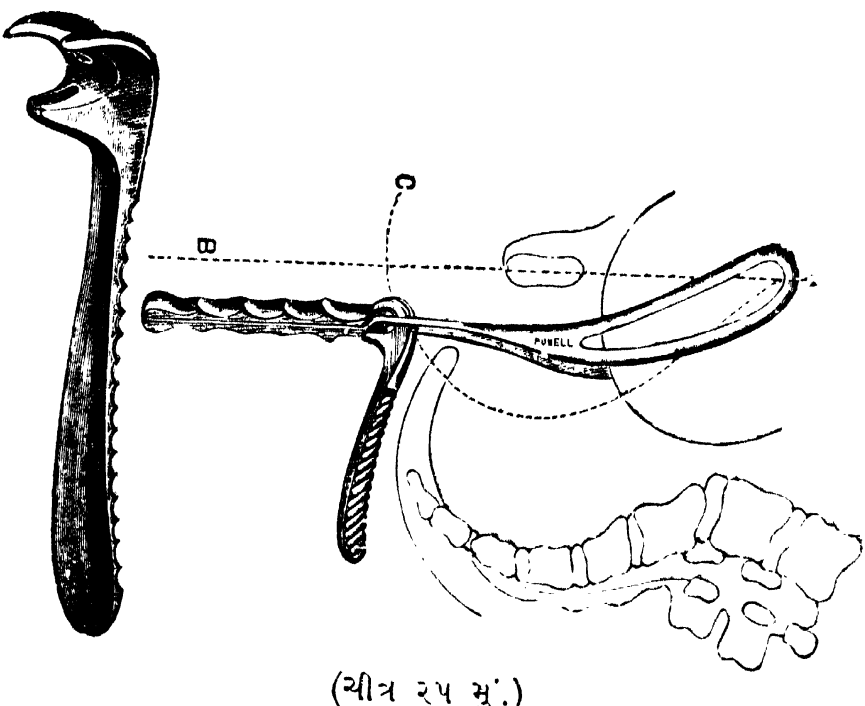
પ્રસવની ત્રીજી અવસ્થા.

(Third Stage of Labour.)

બાળક અવતર્યા પછી ઑર બહાર આવવાની બાકી રહે છે અને તે બહાર આવે તેટલા વખતને પ્રસૂતીની ત્રીજી અવસ્થા કહે છે. બાળક બહાર આવ્યા પછી જે વીણો પહેલાં જોરથી આવતી હતી તે પાંચ દશ મિનિટ સુધી બંધ પડી જાય છે. તે દરમીઆન થોડું ઘણું લોહી વહે છે અને સ્ત્રી શાંત પડી રહે છે. પછી અરધા કલાકની અંદર વીણો આવી ઑર બહાર પડે છે, તેને સારૂ અકળાવું જોઇએ નહિ. કેટલીક દાયણો હાથ ઘાલીને ઑર તાણી કાઢે છે તે સૂવાવડી સ્ત્રીનું ખૂન કરવા બરોબર છે. **પેટ ઉપર ગર્ભાશયને દાબીને મસળવું એટલે ગર્ભાશય દડાની માફક કઠણ લાગશે** અને જે ઑર ગર્ભાશયને ચોંટેલી છે તે હવે વીણ આવવાથી છૂટી થવા માંડશે. ઑર ગર્ભાશયમાં છટી થવા પછી યોનીમાં આવશે. આવેળા લોહીનો રેલો યોની-માંથી બહાર આવે છે. ઑર નીકળે ત્યાંસૂધી લોહી છૂટી જ-વાનો ભય રહે છે. પેહડુમાં **એક કઠણ દડા જેવો ગોળો હાથને લાગે તો તે સંકોચાયલો ગર્ભાશય છે.** એ સારી



(ચીત્ર ૨૪ મું.)



(ચીત્ર ૨૫ મું.)
બાળકને હથીયાર વડે બહાર કાઢવાની રીત. (Forceps)

નિશાની છે. પણ તે ગોળો પોચો હોય તો લોહી વહેવા માંડે છે. કેટલીક વખત ઑર છૂટી પડયા પછી કમળમૂખ સંકોચાઈ જાય છે એટલે લોહી બહાર ન આવતાં અંદર ભરાઈ રહે છે. તેનો તત્કાળ ઉપાય કરવો.

એક કલાકસૂધી ગર્ભાશયની ગાંઠને મસળ્યાથી ઑર બહાર ન પડે તો ગર્ભાશયમાં હાથ નાંખી સ્વચ્છ હાથ અને આંગળા-વડે તેને બહાર કાઢી લેવી. ઑર નીકળ્યા પછી તેને તપાસ માટે સાફ વાસણમાં કાઢવી અને તે **આખી છે કે કેમ તે તપાસવી.** થોડોક ટુકડો અંદર રહી જશે તો તેના કોહ-વાથી તાવ, સુવારોગ વગેરે આવવાનો સંભવ રહે છે.

ઑર પડયા પછી જો ગર્ભાશયની ગાંઠ નરમ લાગે તો "લીકવીડ ઍક્ષ્ટ્રૅક્ટ ઑફ અર્ગટ" ની એક ચમચી અરધા વાઈન ગ્લાસ પાણીમાં પાવી. પહેલી વેતે આ દવાની જરૂર પડતી નથી. પણ બીજી વેતે અને ત્યાર પછી આ દવાની જરૂર પડેછે.

આ દવાથી વીણો આવે છે, ગર્ભાશય સંકોચાય છે અને લોહી વહેવાનો સંભવ રહેતો નથી. થોડા ગરમ પાણી અને સ્વચ્છ કપડાવડે યોનીને સાફ કરવી અને સ્રીનું "પૅરિનીયમ" તપાસી જોવું અને જો ચીરો પડયો હોય તો તબીબ પાસે તુરત તેને ટાંકા મરાવવા. સ્રીને પેટ ઉપર પાટો બાંધવા પછી યોની ઉપર સાફ કપડાની ગાદી મૂકી સૂવા દેવી.

હવે નર્સે બાળકનું વજન લેવું, (ચિત્ર ૬ ઠું) નહવડાવવું, અને કપડાં પહેરાવવાં. કેટલીક હૉસપીતાલમાં આંખ ગરમ પાણીએ સાફ કીધા પછી તુરત સીલવર નાઈટ્રૅટ ૨% નું એક ટીપું દરેક

આંખમાં નાખવામાં આવે છે, જેથી બાળકને આંખ આવવાનો સંભવ રહે નહિ.

પછી નાળયાના ટુકડાને લાઈસોલથી સાફ કરી, સૂકવી અને કપડામાં વીટાળવો. બાળકને કુદરતી ખોડ ખાપણ જેવી કે ચીરાયલો હોઠ, બંધ ઝાડાના અને પિશાબના માર્ગ સારૂ દાયણે હવે તપાસ કરવી. (ચિત્ર ૫૭ મું)

દાયણે નીચલા દશ નિયમોપર સૂવાવડી સ્ત્રીને તે છોડી જાય તે આગમચ ધ્યાન આપવું:-

૧ ગર્ભાશય બરોબર સંકોચાય છે અને તે સીધી જગાપર છે કે કેમ.

૨ બહારનો અને અંદરનો રક્તસ્રાવ થતો નથી.

૩ ઑર આખી નીકળી છે અને અંદર કાંઇ પણ રહી ગયું નથી.

૪ પૅરિનિયમ ચીરાયું નથી અને ચીરાયું હોય તો ટાંકા મારેલા છે.

૫ સૂવાવડી સ્ત્રીની નાડી ધીમી અને બરોબર ચાલે છે.

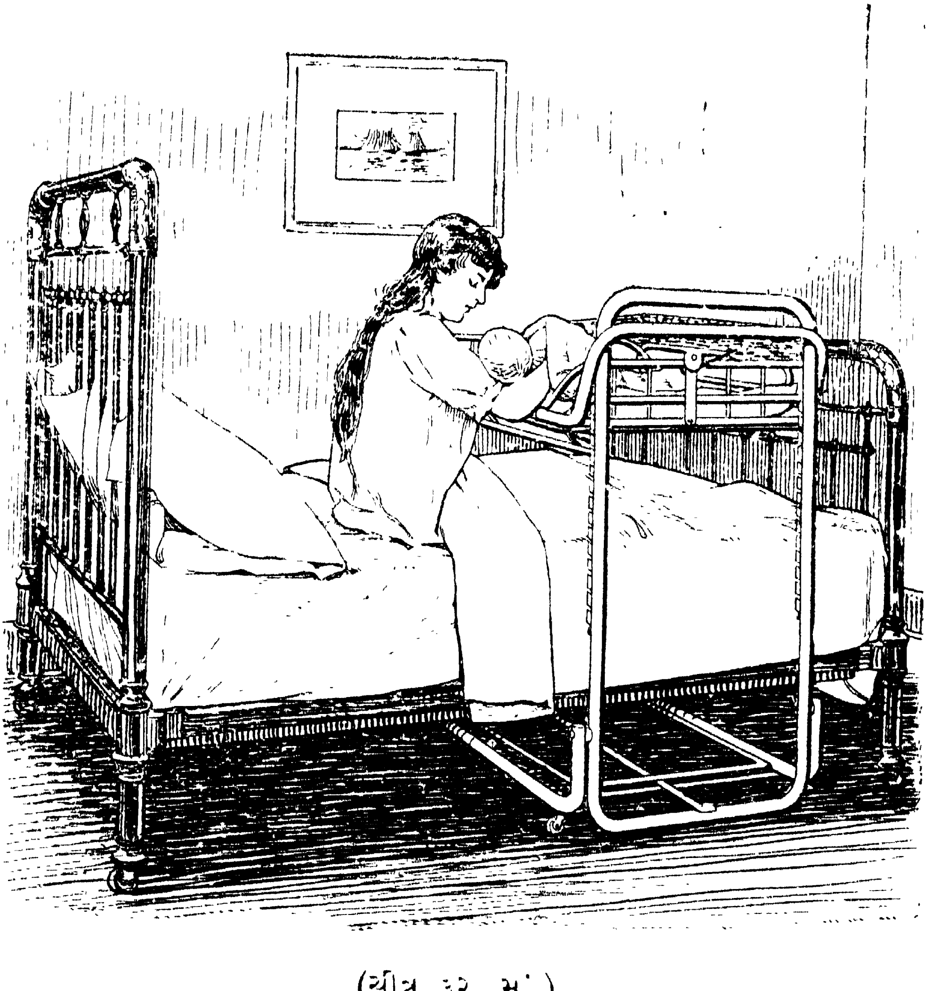
૬ બાળકના નાળ્યાના છેડામાંથી લોહી નીકળતું નથી.

૭ સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગમાંથી પરૂ જેવું સફેદ પાણી નીકળતું હોય તો બાળકની આંખમાં સીલવર નાઇટ્રેટ નાખવું અને આંખની ખૂબ સંભાળ રાખવી.

૮ બાળકની કુદરતી ખોડખાપણપર નજર કરવી.

૯ સૂવાવડી માટે વાપરેલાં હથીયાર જુદાં બાંધી લેવાં અને ઘરે જઇને દાયણે ખુબ સાફ કરવાં. કોઈ પણ કારણસર દરદીનાં સગાં વ્હાલાંઓને હથિયાર સાફ કરવા આપવાં નહિ.

૧૦ માતા અને બાળક સારી હાલતમાં છે તેની ખાતરી કરવી.



(ચીત્ર ૩૨ મું.)

(Nursery Crib.)

માતા તથા બાળક માટેનું નવી ઢબનું બિછાનું.

બાળક મુએલું જન્મેલું છે કે કેમ તે દાયણ કેમ જાણશે ?

૧ નાળયાને દાબતાં તેમાં નાડ ચાલતી માલુમ પડશે નહિ.
૨ હૃદય અને છાતીપર કાન મૂકતાં તે હાલશે નહિ.
૩ બાળકનો ચહેરો ફીકકો અથવા કાળો થયો હશે.
૪ તેનું શરીર ઠંડું હશે.
૫ તેની આંખના ડોળા ફરી ગયલા હોય છે અને કીકી પર આંગળી ફેરવતાં તે હાલશે નહિ.

પ્રકરણ ૧૦ મું.

સૂવાવડમાં દાયણની ફરજ.

પ્રસૂતી પછી માતાની માવજત કેમ કરવી ?

Management of the mother during the lying-in period.

પ્રસવ થયા પછી દાયણ તથા તબીબે અર્ધો કલાક સૂવાવડી સ્ત્રી આગળ બેસી રહેવું, કારણ કે કેટલીક વાર પ્રસવ થયા પછી રક્તસ્રાવ થવાનો સંભવ રહે છે. ચોવીસ કલાક પછી સૂવાવડી સ્ત્રીની નાડી, તાવ વિગેરેની તપાસ કરવી. તેણીને પિશાબ છૂટી છે કે નહિ, ઊંઘ આવી હતી કે નહિ, પેટમાં દુખે છે કે કેમ અને યોનીમાંથી કેવાં રંગનું પાણી નીકળે છે તેની હકીકત બરોબર પૂછવી.

સામાન્ય રીતે બાળક અવતર્યા પછી સ્ત્રીને સારી ઉંઘ આવે છે. પિશાબની નળીપર દબાણ થયાથી કોઇકવાર પિશાબ

બંધ થાય છે. આવી વેળા ગરમ પાણીનો શેક કરવો, નહિતો સળી (catheter) મૂકીને પિશાબ કરાવવી. પ્રસવ પછી નાડી જલદી ચાલે અને તાવ આવે તે ખરાબ નિશાની છે. તેનું કારણ શોધી કાઢી તેનો તુરત ઉપાય કરવો.

સૂવાવડનો રક્તસ્રાવ (Lochia).

સૂવાવડ પછી બે કે ત્રણ અઠવાડયાં સૂધી યોનીમાંથી લોહી જેવું પાણી વહે છે. પહેલા બે દિવસ તે તદન લોહી જેવું હોય છે અને આખા દિવસમાં આશરે બારથી ચૌદ ગાદી ખરાબ થાય છે. ત્યારપછી પીળા રંગનાં પાણી જેવો રક્તસ્રાવ નીકળે છે. જો તે વાસ મારતો હોય અને બે ચાર દિવસ દેખાયા પછી બંધ થાય તો તે ખરાબ નિશાની સમજવી. મુએલું બચ્ચું જન્મ્યા પછી રક્તસ્રાવ થોડા દિવસમાં બંધ થાય છે. પણ તેથી કાંઈ હરકત થતી નથી.

બચ્ચું જન્મ્યા પછીની વીણો (After Pains)

કેટલીકવાર પ્રસવ થયા પછી કેટલોક વખત સૂધી ઝીણી ઝીણી વીણો આવે છે. પહેલી વેતે તે વીણો આવતી નથી. પણ જેને ઘણાં બાળક થયાં હોય તેને આવી વીણો બેચાર કલાકથી બે ચાર દિવસ સૂધી આવે છે. આ વીણો આવવી સારી છે. ગર્ભાશય સંકોચાઇને પોતાની અસલ સ્થિતીમાં આવે તથા ઑરનો કાંઈ ભાગ રહી ગયો હોય તેને દુર કરવા સારૂ પાછલી વીણો આવે છે.

સૂવાવડ થયા પછી સ્રીને આસાએશની ઘણી જરૂર હોવાથી તેણીના ઓરડામાં કોઇએ જવું નહિ, પણ તેથી ઉલટી રીતેજ અમલ થતો આપણે જોઇએ છીએ. તેણીનાં સગાં સ્નેહીઓ

તેણીને જોવા આવે છે અને ખોટી ધાંધલ કરી તેણીને બેચેન કરી મૂકે છે. તેણીનું બિછાનું સાફ, સ્વચ્છ, અને સારા અજવાળાંવાળી જગ્યામાં જયાં પવનની આવજા હોય ત્યાં રાખવું જોઇએ. પ્રસૂતી પછી પહેલા દસ દિવસ તેણીએ બિછાનામાં સુઇ રહેવું. પછી બીજા પાંચ દહાડા બિછાના ઉપર જરાવાર બેસવું. વીસ દિવસ પછી ઓરડામાં ફરવું. ત્રીજે અઠવાડીએથી હાલચાલ કરવામાં કાંઇ અડચણ નથી. ગરીબવર્ગમાં ઘણા દિવસ સુધી સુવું પાલવે નહિ તેથી તે લોકો ધંધે લાગી જાય છે. પણ ખરૂં જોતાં તો તેમ કરવા દેવું નહિ. સૂવાવડી સ્ત્રી પુરતી આસાએશ ન લે તો ગર્ભાશય બરોબર સંકોચાઇને પોતાની આગલી હાલતમાં આવતું નથી અને મોટુંજ રહે છે અથવા પોતાની જગ્યાપરથી ખસી જાય છે. પેહડુમાં દુખારો થાય છે, અને પાછળથી તેનાં પરિણામ ભોગવવાં પડે છે.

સૂવાવડીનો ખોરાક.—સૂવાવડમાં ખોરાક સાદો, હલકો અને પોષણકારક હોવો જોઇએ. પ્રથમ ત્રણ દિવસ દૂધ, કાંજી, ચહા કોફી, બીસ્કીટ વિગેરે લેવું. ચોથે દિવસે ગોસ્તનો બાફેલો સેરવો તાજી મછી વિગેરે લેવું અને ત્યારપછી પોતાને માફક આવતો અને પાચન થઇ શકે એવો સર્વ ખોરાક લેવો. કેટલીકવાર સ્ત્રીને મુએલું બચ્ચું અવતર્યું હોય તો તેણીને લગભગ ભૂખે મરવું પડે છે. તેણીને માત્ર ગોળ અને રોટલી આપવામાં આવે છે. પણ આવી ખોટી ભૂલો પ્રસંગોપાત સૂધરતી જાય છે તે સારી નિશાની છે. સૂવાવડી સ્ત્રી પોતાના ખોરાક ઉપરાંત અર્ધોશેરથી એક શેર જેટલું દૂધ પીશે તો તેણીને દૂધ પૂરતું આવશે.

સૂવાવડમાં જાત જાતના દારૂ પીવાનો શોખ ઉત્પન્ન થાય છે તેથી સ્ત્રીને નુકસાન થાય છે.

ગર્ભાશયનું અસલ સ્થિતિમાં આવવું.

હમેલ દરમીઆન બાળક સહેલાઇથી અંદર રહી શકે એવી રીતે ગર્ભાશય વધીને છેલ્લા દિવસોપર બાર ઇંચ લાંબુ અને વજનમાં ચોવીસથી પાંતરીસ ઔંસ થાય છે. સ્ત્રીની કુંવારી અવસ્થામાં તે માત્ર ત્રણ ઇંચ લાંબુ અને દોઢ ઔંસ વજનમાં હોય છે. બાળકને જન્મ આપ્યા પછી ગર્ભાશયનું મૂખ્ય કામ હમેલની આગમચની પોતાની અસલ સ્થિતીમાં આવવાનું છે.

દરરોજ ગર્ભાશય નાનું થતું જાય છે અને પ્રસૂતિવેળા પેટમાં જે ગાંઠ માલુમ પડતી હતી તે પહેડુમાં ધીમે ધીમે ઉતરે છે અને પાંચ દિવસ પછી વસ્તિપ્રદેશની કોરની ઉપર માલુમ પડતી નથી. દાયણે દરવેળા ગર્ભાશય કેટલું નાનું થાય છે તે તપાસવું. ચોથે દિવસે ગર્ભાશય જરા પોચું માલુમ પડે છે. ગર્ભાશયમાં બાળકના જન્મ પછી દુખાવો માલુમ પડવો ન જોઇએ. દાયણે તે સ્ત્રીને જો પિશાબ થતી ન હોય તો કરાવવી અને બીજે દિવસે જુલાબ આપવો. જો ગર્ભાશય નાનું થતું ન હોય તો તે ખરાબ નિશાની છે. દાયણે તેને રોજ મસળવું અને "લીકવીડ ઍક્ષ્ટ્રેક્ટ ઑફ ઍરગટ" વીસ ટીપાં અને "એપસમ સોલ્ટ" એક ડ્રામ દિવસમાં ત્રણ ચાર વખત આપવું. દશમે દિવસે ગર્ભાશય પેહડુંમાં નહિ ઉતર્યું હોય તો તબીબની સલાહ લેવી. કેટલીકવાર યોનીમાં જંતુ નાશકારક દવા નાંખીને ગરમ ડુશ આપ્યાથી ગર્ભાશય સંકોચાય છે. ગર્ભાશયને અસલ સ્થિતિમાં આવવાને આઠથી નવ અઠવાડીયાં લાગે છે. એ દરમીઆન સૂવાવડી સ્ત્રીએ ઝાઝીવાર ઉઠ બેસ નહિ કરવું, દિવસમાં વારંવાર આસાએશ લેવી, ભારી ચીજ ઉચકવી નહિ અને સરદીવાળી જગ્યામાં

બેસવું નહિ. જો ગર્ભાશય અસલ સ્થિતિમાં નહિ આવશે તો પહેડુમાં ઊતરી પડશે અને આગળ ચાલતાં તે સ્ત્રી બીજી સંસારીક બિમારીઓનો ભોગ થઇ પડશે.

૫. તાવ અને તાપમનું પ્રમાણ.

સૂવાવડમાં બાળકને જન્મ આપ્યા પછી સૂવાવડી સ્ત્રીની નાડ ધીમી ચાલે છે અને એક મિનિટમાં તેના માત્ર ૫૫ થી ૬૦ ધબકારા માલુમ પડે છે. સૂવાવડ પછી જો ચોવીસ કલાકમાં તેણીની નાડની સંખ્યા ૮૦ ની ઉપર હોય તો દાયણે સાવચેતી રાખવી અને તેણીની દરવેળાની હાજરી દરમીઆન નાડની પરીક્ષા બરોબર કરવી. જો નાડની સંખ્યા સોની ઉપર થાય તો તે ગંભીર-સ્થિતિની નિશાની કહેવાય.

સાધારણ તાવનું પ્રમાણ ૯૮.૪ ડીગ્રી ફે. હોય છે. સૂવા-વડના પહેલા દહાડાપર ૯૯.૮ ફે. (ચીત્ર૧૮મું)સુધી જાયછે. તાવ ૧૦૦. ફે. સુધી ચાલુ રહે અને ચોવીસ કલાક સૂધી ૧૦૦ ૪. ફે. હોય તો દાયણે જાણવું કે સ્ત્રીની હાલત સારી નથી. **નાડીની વધતી જતી સંખ્યા, મોટું અને નરમ ગર્ભશય અને તાવ એ ત્રણે નિશાનીઓ ઘણી ગંભીર છે** અને તે માલુમ પડતાં તુરતજ દાયણે તબીબની સલાહ લેવી.

૬. સૂવાવડ પછીનો દુખાવો (After-pains)

બાળકને જન્મ આપ્યા પછી સ્ત્રીને કેટલીકવાર દુખાવો ચાલુ રહે છે. તે દુખાવાનું કારણ તુરત શોધી કાઢવું. તે દુખાવો પ્રસૂતિના દુખાવા માફક થતો હોય તો તે ગર્ભાશયના સંકોચવાનો જાણવો. પણ ચાલુ દુખાવો એ બીજી પીડા-કારીની નિશાની છે.

ગર્ભાશયનો દુખાવો જુલાબ આપ્યાથી અને "લીકવીડ ઍક્ષટ્રૅક્ટ ઑફ ઍરગટ" આપ્યાથી નરમ પડશે. પેટ ઉપર ગરમ શેક કરવો. દુખાવો ચાલુ રહે તો દાયણે તબિબને બોલાવવો.

૭. પિશાબનું અટકી જવું.

પ્રસુતિવેળા પિશાબની નળીપર દબાણ અથવા ઇજા થયાથી અથવા જ્ઞાનતંતુની નબળાઇને લીધે બાળકને જન્મ આપ્યા પછી પિશાબ થતી નથી.

દાયણે પેટપર રાઇનું પલાસ્તર મારવું, શેક કરવો અને સ્ત્રીને પિશાબ કરવાને ઉત્તેજન આપવું.

જો પિશાબ નહિજ થાય તો તુરત સળી (Catheter) વડે તે કરાવવી. સળી કાઢતી વેળા સળીના મ્હોંપર દાયણે આંગળું દાબવું કે પિશાબ બહાર પડે નહિ.

૮. દાયણની મુલાકાત.

દાયણે પ્રસૂતિ પછી આઠ કલાકમાં તે સ્ત્રીને પાછી તપાસવી. પહેલા ત્રણ દિવસ સવાર સાંજ મુલાકાત લેવી અને ત્યારપછીના આઠ દિવસમાં એક વખત જવું. ખરાબ સ્થિતિમાં હંમેશાં દિવસના બેવાર જવું.

દર મુલાકાતે દાયણે નાડીની સંખ્યા, તાવ, ગર્ભાશયનું સંકોચાવું, રક્તસ્રાવ કેવો અને કેટલો છે તેની તપાસ કરી અને તેનો લખીત રીપોર્ટ રાખવો. પછી બાહારના ગુપ્તભાગ સાફ કરવા, પેટની ગાંઠ મસળવી અને ધાવણની બોટણીની તપાસ કરવી. ઊંઘ, ખોરાક, ઝાડો, પિશાબ વિગેરેની હકીકત પૂછવી. દાયણે કોઇપણ કારણસર આ બાબતની અજ્ઞાનતા, બેદરકારી, બેપરવાઈ અને ઉતાવળ સૂવાવડી સ્ત્રીને બતાવવી નહિ.

બાળક માટે-નર્સનો રોજનો રૅકોર્ડ ચાર્ટ.

(Record Chart.)

ટૅલીફોન નંબર..........

બાળકનું નામ...

સરનામું...

જન્મની તારીખ } ....દીવસ રાત........વાગે........નાડી.......દમ..........

ઝાડા ....પિશાબ..............................

ઊંઘ..............................ખોરાક..................રડવું.......

આંખ..........................નાહ્યું..................ચામડી.........

સારવાર..સહી......

નર્સનો રોજનો રૅકોર્ડ ચાર્ટ-માતા માટે

માતાનું નામ...

સરનામું...

દીવસ

તારીખ.........રાત.........તાપ.........નાડી..........દમ......

ઝાડા............પિશાબ......સામાન્ય હાલત.........................

થાનની હાલત... બોટણી......... દૂધ..............................

ગર્ભાશયની ઉંચાઇ... પાછલીવીણ્ણ.....................રક્તસ્રાવ.......

સારવાર...સહી.........

પ્રકરણ ૧૧ મું.

સૂવાવડમાં થતી બિમારીઓ અને અકસ્માતો.

The Disorders & Accidents after Labour.

સૂવાવડનો તાવ અથવા "સૂવારોગ"

(Puerperal Fever)

સૂવાવડી સ્રીને બાળક જનમ્યા પછી તાવ આવે છે તેને "સૂવારોગ" કહે છે. ગર્ભાશય, યોનીમાર્ગ અથવા વસ્તિપ્રદેશના જખમમાંથી અથવા સડેલા પદાર્થના કહોવાથી આ તાવ થાય છે. આ રોગ ચેપી છે અને તેનો ચેપ ફેફસાં અથવા લોહી મારફતે ફેલાય છે.

ચિન્હો તથા લક્ષણો—પ્રસવ થયા પછી પેટની અંદર દુખાવો ચાલુ રહે છે અને પેહડુના ભાગમાં દાબવાથી દુખેછે પગ લાંબા રાખ્યાથી વધારે દુખાય છે. જેમ દુખાવો વધતો જાય છે તેમ તાવમાં વધારો થાય છે. કોઇવાર ટાઢનું લખલખું ભરાઇ ઠંડી લાગે છે. નાડી ધીમી અને એક મિનિટમાં ૧૨૦થી ૧૬૦સુધી ચાલે છે, શ્વાસોશ્વાસ ટુંકો અને ઉતાવળો ચાલે છે. જીભપર ઠરો હોય છે, ઝાડો કબજ રહે છે અને પિશાબ થોડી થાય છે. માઠાં પરિણામમાં સ્રી લવારો બકારો કરે છે. ચહેરો ફીકરમંદ અને આતુર દીસે છે.

ઉપાયઃ—પેટ ઉપર ગરમ પાણી અથવા ખસખસના પોસનો શેક કરવો. કેટલાક તબીબો પેહડુપર છથી આઠ જળો લગાડે છે. પેટ ચડી આવ્યું હોય તો સફરાને રસ્તે તરપીન

ટાઇન અને એરંડીયાની પીચકારી (Enema) મારવી. શક્તિ માટે બ્રૅન્ડી, " પૅનો પેપટોન " વિગેરે આપવાં. સૂવાવડખાનામાં આવો રોગ એક સ્ત્રીને થાય છે તો તેણીને તુરત જૂદા ઓરડામાં રાખે છે કેમકે બીજી સ્ત્રીને આ રોગ ઉડવાનો સંભવ રહે છે.

સુવાવડી સ્ત્રીને લાગુ પડતું દીવાનાપણું.

(Puerperal-mania)

કેટલીક સ્ત્રીઓનું છૂટકારા પછી થોડા ઘણા દિવસમાં મન ભમે છે અને તેણી દીવાની થઇ જાય છે. આવી સ્ત્રીને ઊંઘ આવતી નથી, માથું ચાલુ દુખે છે, તેણી તોફાન કરે છે, સ્વભાવે ચીરડાઉ બને છે અને બીજી સૂવાવડી સ્ત્રીઓને મારવા જાય છે. કોઇવાર પોતાના વ્હાલાં બાળક અથવા ધણીનો જાન લેવાને તૈયાર થાય છે. કોઇવાર આવા દીવાનાપણાની અસરમાં તેણી મરી જાય છે પણ વારંવાર આ દીવાનાપણાની અસર લાંબો વખત રહે છે, અને પાછળથી સ્ત્રી સુધરતી જાય છે.

સારવાર:—પ્રથમ સખ્ત જૂલાબ આપવો. અરધો ડ્રામ જેલપ અને ચાર ગ્રેન કૅલોમલ આપવો. " કલોરલ હાઇડ્રેટ " ૨૦ થી ૪૦ ગ્રેન આપ્યાથી ઊંઘ આવશે અને તેણીને ફાયદો કરશે. કેટલીકવાર તબીબને અફીણ આપવાની ફરજ પડે છે.

આવી સ્ત્રીને શાંત રાખવી અને તેણીપર છુપી રીતે દેખરેખ રાખવી.

પગનો સોજો.

(Phlegmasia Dolens.)

આ રોગ વિશેષ કરીને સૂવાવડ પછી થાય છે. શરૂઆતમાં પગમાં ટાઢ તથા આંકરાં આવે છે. દૂખાવો જાંગમાંથી

ઊતરી પગની પાટલી સુધી જાય છે. ગર્ભાશય અને બાળકના માથાનો ભાર પગની મોટી કાળી શીરાઓપર પડયાથી તે કઠણ દોરડાં જેવી થાય છે અને વેદના થઇ તેની અંદર ગાંઠો બંધાઇ પાકે છે. આ પીડાકારી થોડા દિવસ રહે છે. પગને ટરપેનટાઇન લગાડી ગરમ પાણીનો શેક કરવો અથવા પગને ફલૅનલમાં લપેટી રાખવો.

ગર્ભાશયનું ઉલટું થવું.

(Inversion of Uterus)

જેમ ડગલાના ગજવાને બહાર ખેંચી કહાડતાં અંદરનો ભાગ બહાર દીસે છે તેમ ગર્ભાશયનો અંદરનો ભાગ એકાએક જલદી છૂટકારો થયાથી અથવા ઑર કાઢવાને માટે નાળ તાણ્યાથી ઉલટો અથવા બેવડો થઈ જાય છે. છૂટકારા પછી સ્ત્રી આસાએશ ન લે અને તે વેળા જોરથી ઉલટી અથવા ખાંસી કરે તો ગર્ભાશય ઉલટું થઇ જાય છે.

ઇલાજઃ—દાયણે જેમ બને તેમ જલદી ગર્ભાશયનો જે ભાગ છેલ્લો આવ્યો હોય તે પકડીને અંદર હાથવડે જોરથી ઉપર દાબવો એટલે તે ઉપર ચઢી જશે. જો ગર્ભાશય બહાર ઘણો વખત રહે તો તેને સોજો ચઢે છે.

રક્તસ્રાવ.

(Hœmorrhage.)

હમેલ દરમીઆન, પ્રસવવેળા અને તે પછી સ્ત્રીને રક્તસ્રાવ થાય છે, જેને 'દસ્તાનનું છૂટી જવું' કહે છે. હમેલ દરમીઆન બાળકના જન્મ આગમચ રક્તસ્રાવ થાય તો તેનું મૂખ્ય કારણ ઑર જે ગર્ભાશયને ચીટકેલી હોય છે તે કોઇક સંજોગને

લીધે તુટી જાય છે. ઑર સાધારણ રીતે ગર્ભાશયના ઉપલા- ભાગમાં વળગેલી હોય છે. કોઇ અકસ્માતને લીધે જો દસ્તાન છૂટી જાય તો તેને "**અકસ્માતીક રક્તસ્રાવ**" (Accidental Hœmorrhage) કહે છે. આવા અકસ્માતનાં ઘણાં કારણ હોય છે. માર અથવા ધકકો લાગ્યાથી, જોર કર્યાથી, ભારી વસ્તુ ઉંચકયાથી અથવા ગાડીનો આંચકો લાગ્યાથી ઑર તુટી જઇ દસ્તાન છટી જાય છે.

દસ્તાન છૂટી જાય તેની સારવાર કરતી વેળા તુરત એ અકસ્માતને લગતી ઘટતી ખબર સાથે માણસને મોકલી તબી- બને બોલાવવો. તબીબ આવે તેની આગમચ યોનીમાં સ્વચ્છ કપડાનો ડુચો મારવો અને પેટ ઉપર જોરથી પાટો બાંધવો.

સ્ત્રીને જેમ લોહી વહેતું જશે તેમ તેણીને આંખે અંધારાં આવી તેણી બેહોશ થઈ જશે. જો લોહી બંધ ન થાય તો સ્ત્રી મરી જશે.

ઑરનું પહેલું આવવું.

(Placenta Previa.)

માતાનું લોહી ગર્ભાશયમાં થઇ ઑરમાં જાય છે અને ઑરની મારફતે બાળકનું પોષણ થાય છે. હંમેશાં **બાળકનો જન્મ થયા પછી ઑર છેલ્લી આવે છે,** પણ કુદરતના ભેદની ચાવી આપણી પાસે નથી. કેટલીકવાર ગેબી કુદરત વિચીત્રરીતે વર્તે છે અને ઑર કેટલીકવાર પહેલી આવે છે.

આ અકસ્માત માતા તથા બાળક બંન્નેને માટે ગંભીર પ્રકારનો છે, કારણ કે બાળક જન્મે તેની આગમચ ઑરમાંથી દસ્તા નછૂટી જાય અને તરતજ કાબેલ તબીબ મારફતે ઉપાય

નહિ કરાવવામાં આવે તો માતા તથા બાળક મરી જાય છે. આવીવેળા તબીબ સ્ત્રીને બચાવવાની તજવીજ કરે છે. યોની પરિક્ષામાં દાયણને ઑર ગર્ભાશયના મુખ આગળ જણાય કે તુરત તબીબને બોલાવવો.

બાળકના જન્મ પછીનો રક્તસ્રાવ.

(Post–Partum Hœmorrhage.)

બાળકના જન્મ પછી દરતાન ટૂટી જાય છે તેને તબીબી ભાષામાં " પોસ્ત પારતમ હેમરેજ " કહે છે. ગર્ભાશય બરોબર નહિ સંકોચાયાથી ઑર રહી જાય અને તેમાંથી લોહી છટે છે, તેમ વળી કેટલીકવાર ઑર પડી ગયા પછી રક્તસ્રાવ ઘણો જાય છે, કારણ કે ગર્ભાશય કેટલીકવાર ઢીલું અને નબળું પડી ગયાથી સંતોષકારકરીતે સંકોચાતું નથી. આવીવેળા તબીબ આવે તેની આગમચ દાયણે અફીણનો અરક વીશ ટીપાં આપવો. યોનીમાં બરફ મૂકવું અને " ઍક્ષ્ટ્રેક્ટ એરગટ " એક ડ્રામ દર બે કલાકે આપવું.

ગર્ભાશયનું ચીરાઈ જવું.

(Rupture of Uterus.)

કોઇવાર ગર્ભાશય બાળકનો જન્મ આપતી વખતે ફાટી જાય છે. ઘણુંકરી આ ચીરો નાનો હોય છે પણ કોઇવાર આખું ગર્ભાશય ફાટી જઇ બાળક પેટમાં નીકળી પડે છે.

બાળક આડું પરેલું હોય, વસ્તિદેશ અને પહેડુ બન્ને બહુ નાનાં હોય, પેટ ઉપર લાત અથવા ધકકો લાગી બીજી ઇજા થઇ હોય તો ગર્ભાશય ફાટી જાય છે. આ વેળા વીણ આવતી વખતે પેટમાં કાંઇ કપાઇ વઢાઈ જતું હોય એમ ગર્ભિણીને લાગે છે. ત્યાર-

પછી વીણુ એકદમ બંધ થાય છે, સ્ત્રી ચીંતાતુર બને છે અને થેાડેવારે સ્ત્રીની ઇંદ્રીમાંથી લેાહી વહેછે.

આવી વેળા તબીબ કેાઇ પણુ યુક્તિથી બાળકને કાઢી લે છે અને સ્ત્રીનેા જાન બચાવે છે.

સ્ત્રીનું પેટ અને ગર્ભાશય ચીરીને બાળકને જન્મ આપવાની રીત.

(Cœsarian Section)

સ્વભાવીક રીતે બાળક ગર્ભાશયમાંથી નીકળી યેાનીને રસ્તે સ્ત્રીની ઇંદ્રીમાંથી જન્મ લે છે. પણુ આ રસ્તાની અંદર કેાઇ જાતની ખામી હેાય તેા સ્ત્રીનું પેટ અને ગર્ભાશય ચીરીને બાળકને જીવતું બહાર કાઢવામાં આવે છે.

આવી વેળા તબીએ માતા તથા બાળક બન્નેનેા જીવ બચાવવાનેા છે. બેમાંથી એકનેાજ જીવ બચાવી શકાતેા હેાય તેા માતાનેા જીવ પહેલાં બચાવવેા પડે છે. પણુ કેટલીકવાર જ્યારે માતા મરી જાય છે તે વેળા બાળકને જીવાડવાની તજવીજ થાય છે. વસ્તિપ્રદેશનેા અંદરનેા ઘેરાવેા એટલેા સાંકડેા હેાય અથવા તેની બનાવટમાં કાંઇ કુદરતી ખામી હેાય અથવા કેાઈ મેાટી ગાંઠ (Tumour) હેાય તેા તબીબ ગર્ભાશય ચીરીને બાળકને જન્મ આપે છે.

આ વહાડકાપમાં સ્ત્રીને બેહેાશ કરી પહેલાં તેનું પેટ વચમાંથી ચીરે છે અને ત્યારપછી ગર્ભાશયને બહાર કાઢીને તેને ચીરે છે અને બાળકને બહાર કાઢે છે. તે પછી ગર્ભાશયને સીવી દે છે અને તેને પાછું પેટમાં મુકયા પછી, પેટને ટાંકા મારી સીવી લે છે. માતા મરી ગયલી હેાય છે તેા માત્ર બાળકને બહાર કાઢે છે. અને પેટને બે ચાર ખાલી ટાંકા મારી રાખે છે.

પ્રકરણ ૧૨ મું.

જોડ બાળક.

(Multiple Pregnancy.)

સાધારણરીતે સ્ત્રી હંમેશાં એક બાળકને જન્મ આપે છે પણ કેટલીક સ્ત્રીઓ એક્કી વખત બે બાળકને જન્મ આપે છે. દરેક ૮૦ સ્રીએ એક સ્રી જોડબાળક (twins) નો જન્મ આપે છે. ૬૦૦૦ સ્રીએ એક સ્રી ત્રણ બચ્ચાંનો જન્મ આપે છે, ૩૭,૦૦૦ સ્રીમાં એક સ્રી ચાર બચ્ચાંનો જન્મ આપે છે. પાંચ અને છ બાળકને જન્મ આપનારી સ્રીઓના દાખલા પણ વારંવાર જણાયલા છે.

જોડ બાળક જણવાનાં કારણ.

બે સંતાન બીજનો એક વખતે પુરૂષના વિર્યસાથ મેળાપ થયાથી જોડ બાળક થાય છે. આવા દરેક બાળકની ઑર અને ગર્ભપટલ વગેરે જુદા હોય છે.

૨. એકજ સ્રી બીજમાં બે જીવનશક્તિના મૂળની કોથળીઓ (Golk–Sacs) હોય.

૩. એક જીવન બીંદુમાંથી બે ગર્ભની ઉત્પતી થાય. આવી વેળા બે બાળક વચ્ચે એકજ ઑર અને ગર્ભપટલ અને ગર્ભજળની કોથળી હોય.

બીજી અને ત્રીજી વેત કરતાં પહેલી વેતે જોડબાળક અવતરવાનો વધુ સંભવ હોય છે. એકવીસ અને અઠાવીસ વરસની અંદરની માતાઓ વારંવાર જોડ બચ્ચાંનો જન્મ આપે છે.

જોડ છોકરાં કેવી રીતે જન્મ લેછે.

એક બાળક અવતર્યા પછી બીજું બાળક જન્મ લે છે. પહેલા બાળકના જન્મ પછી પેટ તપાસ્યાથી બીજું અંદર હોય તો તે માલુમ પડે છે. આ વખતે પહેલા બાળકના નાળને તાણવો નહિ અને તેની ઑર કાઢવાની તજવીજ કરવી નહિ, તેમ કરશો તો અંદરનું બાળક મરણ પામશે. પહેલું બાળક જન્મ્યા પછી વીસ મિનિટે એક મોટી વીણ આવે છે અને બીજા બાળકનું માથું બહાર આવે છે. કોઇ વાર બાળક એવી રીતે અંદર હોય કે એકની હડપચી બીજાના ગળાની અંદર અટકી ગયલી અથવા બન્નેનાં માથાં અકેકમાં ભેરવાઇ ગયલાં હોય તો તે વેળા તબીબ યુક્તિથી તેમને જૂદાં પાડે છે, નહિ તો એક બાળકની ખોપરી ભાંગી હથિયારવડે તેને બહાર કાઢે છે અને ત્યારપછી અંદરના જીવતાં બાળકને બહાર કાઢે છે.

છ બાળકને જન્મ આપનારી સ્ત્રીઓ.

રશીયાના એક શહેરમાં ૧૯૦૫ માં એક સ્ત્રીએ ૬ બાળકનો જન્મ આપ્યો હતો, જેમાં ચાર છોકરા અને બે છોકરીઓ હતી. ગોલ્ડ કોસ્તઉપર રહેનારી એક હબસણે પાંચ છોકરા અને એક છોકરીનો જન્મ આપ્યો હતો. ચાર ઑર પડી હતી. બધાં છોકરાં જીવતાં નીકળ્યાં હતા. એક બાળક બે દિવસ જીવ્યું; ચાર બાળક ત્રણ દિવસ અને એક બાળક ચાર દિવસ જીવ્યું હતું.

આજ બાઇએ પહેલી વેતે ચાર બીજી અને ત્રીજી વેતે ત્રણ અને ચોથી વેતે છ છોકરા મળી ચાર વખતમાં સોળ છોકરાને જન્મ આપ્યો હતો,

રાક્ષસી બાળકો.

(Monsters.)

કેટલીક સ્ત્રીઓ રાક્ષસી અથવા 'ગ્રહણભાવ' બાળકને જન્મ આપે છે. કોઇ બે માથાંના બાળકને જન્મ આપે છે, તો કોઈ ચાર પગ અને ચાર હાથવાળા અથવા પૂછડીવાળા બાળકને જન્મ આપે છે. કોઇવાર બે બાળકો ડુંટી આગળથી જોડાયલાં હોય છે કેટલાક રાક્ષસી બાળકોમાં શરીરના મૂખ્ય અવયવો હોતા નથી. જેવાકે માંથુ, ભેજું, હાથ, પગ વગેરે.

રાક્ષસી બાળક વિચિત્ર કુદરતનો એક નમૂનો છે કે જેના ભેદ અને ભરમને કાળા માથાનો માનવી પહોંચી શકતો નથી. પુલેરીયા નામના તેલીન ગામમાં બે રાક્ષસી બાળકનો જન્મ આપવામાં આવેલો નોંધાયલો છે. તે બાળકો જીવતાં જન્મ્યાં હતાં અને ત્રણ દિવસ સૂધી જીવ્યાં હતાં. બે બાળકો પેટવાટે જોડાયલાં હતાં, ચાર હાથ, બે બાળવાળાં માથાં, ત્રણ પગ, બે આગલા અને ત્રીજો પીઠ આગળથી નીકલતો જણાતો હતો, પગ અને આંગળાને સાત સાત આંગળીઓ હતી, બન્ને બાળક છોકરીઓ હતી; પછવાડેના પગની બાજુમાં ઝાડાનો એક સફરો હતો, ચીરી જોતાં તે બાળકમાં એક હોજરી, એક કલેજુ એકજ પિશાબનો કુકો અને એકજ અન્નનળ હતો. પણ હૃદય બે, તલી બે, ગુર્દા બે અને ચાર ફેફસાં માલુમ પડયાં હતાં.

પ્રકરણ ૧૩ મું.

તુરતના જન્મેલા બાળકની માવજત.

Care of the newborn Infant.

બાળક જન્મતાં દાયણ અથવા તબીબે નાળ કાપ્યા પછી ફ્લૅનલના કપડાંમાં તેને લપેટી તેની માતાથી તેને જરા દૂર મૂકવું. સ્ત્રીની માવજત કીધા પછી બાળકને નહવરાવવાની ક્રિયા કરવી. (ચીત્ર ૫૮ મું)બાળકને જન્મ પછી તપાસતાં તેના શરીર ઉપર સફેદ ચરબી જેવા પદાર્થનું પાટળું પડ બંધાયલું દીસે છે. આ ચીકણો પદાર્થ ધોઇ નાંખવા બાળકના શરીર ઉપર વૅઝેલીન, 'સેલાડ ઑઇલ' અથવા મીઠું તેલ ચોપડવું અને પછી સાબુ ચોળી ગરમ પાણીવડે શરીર ઉપરનો ચીકાશ તથા સાબુ ધોઇ કાઢવો. કેટલીક દાયણો ચણાનો આટો, સાબુ અથવા ઇંડાંની સફેદી પોતાના હાથમાં ચોળીને બાળકના શરીરને લગાડે છે. બાળકને નહવડાવાના ટબમાં કે ઊંડી કથરોટમાં ગરમ પાણી લઈ બાળકને મૂકવું, તે પછી વાદળી ('સ્પંજ') અથવા મલમલના કપડાથી શરીર પરનો ચીકણો પદાર્થ નરમ હાથે કાઢવો, ત્યારપછી પહેલું ખરાબ પાણી કાઢી નાંખી બીજું તેવુંજ ગરમ પાણી લઇને બાળકને સાબુ લગાડી નહવડાવવું. નહવાડતી વખતે બાળકના નાક કાન અને ગ્હેાંડામાં પાણી નહિ જાય તેની સંભાળ લેવી. નહવડાવ્યા પછી તરતજ મલમલના સ્વચ્છ કપડા અથવા ટુવાલથી બાળકનું શરીર લુછીને તદન કોરૂં કરવું. તેની ગરદન, બગલ અને જાંગના કાતરા આગળ ભીનાશ નહિ રહી જાય તે જોવું.

ત્યારપછી તદ્દન આખા શરીર પર "વાયેાલેટ," "વીનેાલ્યા," અથવા ચૅરીબ્લેાસમ પાઉડર અથવા પુલર્સઅર્થ છાંટવેા.

નાળની સંભાળ કેમ લેશેા ?

ત્રણ ઇંચ પહેાળા અને ચાર ઇંચ લાંબા મલમલના અથવા ઘાના કપડામાં (Lint) નાળને વિંટાળવેા. એક સમચેારસ સુંવાળા કપડાંનેા ટુકડેા લઇ તેમાં છિદ્ર પાડી તેમાંથી નાળને બહાર કાઢવેા અને તે કપડું નાળની આસપાસ લપેટીને પેટપર રહેવા દેવું. ત્યારપછી કાપેલી નાળપર કેાઇ "સૅનિટૅરી પાઉડર" અથવા "ઝીંક ઑક્ષાઇડ" ભભરાવવેા. પેટની આસપાસ બીજો પાટેા બાંધી લેવેા. આ પેટનેા પાટેા બાંધ્યાથી નુકશાનકારક જીવજંતુઓથી ડુંટી અને નાળનેા બચાવ થાય છે. કેટલીક દાયણેા નાળને દેારેા બાંધીને તે દેારાને ગરદન આસપાસ વિંટાળે છે. આ રીવાજ નુકશાનકારક છે. બાળકને કેટલીકવાર દેારેા તણાયાથી ઇજા થાયછે અને નાળ તથા ડુંટી ખુલ્લી રહ્યાથી પાકી આવે છે. નાળ ચારથી છ દિવસમાં ખરીજાય છે. તેટલા દિવસ ઉપર મુજબ તેની સંભાળ લેવી કે તે કેાહવા પામે નહિ અને વાસ પણ મારે નહિ.

બચ્ચું જન્મ્યા પછી દરરેાજ નહવડાવવું જોઇએ. નહવડાવવાથી ખરજવાં, ફેાલ્લીઓ, અને ચામડીના દરદેા થતાં નથી. બાળક માટેનેા સાબુ એવેા જોઇએ કે તેની નાજુક ચામડીપર ખરાબ અસર કરે નહિ. ઘણા ખારવાળેા સાબુ વાપરવેા નહિ. બાળક માટે "પીઅર્સનેા ગ્લીસરીન સાબુ" અથવા "વીનેાલીઆ રેાઝ" સાબુ ઘણેા સારેા છે. સ્વચ્છતા એ તંદુરસ્તીનેા પાયેા છે અને સુખનેા સાથી છે. નહાવાથી બચ્ચાં શરીરે હલકાં થાય છે અને આરામે ઊંઘાય છે.

પેટપર ફ્લૅનલનો પાટો બાંધ્યા પછી મળમૂત્રથી બચાવ માટે બાળકને ત્રિકોણ આકારનો બેવડો રૂમાલ જેને બાળત્યું (' નૅપકીન ') કહે છે તેના બે છેડા કમ્મર ઉપર વિંટાળી પેટ ઉપર આગળથી બાંધવા અને ત્રીજો છેડો જાંગની વચમાંથી કાઢી ઉપર બાંધી લેવો. બાળકના બિછાના ઉપર કાળું ચામડું અથવા “ મૅકીનટોશ ” મૂકવું કે જેથી બિછાનું બગડે નહિ. દર વખતે પિશાબથી ભીંજાયલો નૅપકીન બદલવો જેથી બાળક રડે નહિ અને તેને સરદી લાગે નહિ.

બાળકનાં કપડાં હંમેશાં હલકાં અને સફેદ રાખવાં. રંગીન કપડાંમાં મેલ ભરાઇ રહેવાથી ઘણુંખરાં સ્વચ્છ રહેતાં નથી. ઠંડીના દિવસમાં સુંવાળી ફ્લૅનલનાં કપડાં રાખવાં. છાતી અને પેટનો સરદીથી બચાવ કરવો, બાળકનાં કપડાં ટાંચણીઓથી બાંધવાં નહિ પણ તેને બદલે કસ બનાવવી. ત્યારપછી તેની માતાને પુરતો આરામ મળ્યા પછી બાળકને માતાનું ધાવણ આપવું પણ કેટલેક ઠેકાણે સાધારણ રીવાજ એવો છે કે કોઇ એક બે દિવસ “ ગળથૂથી ” ઉપર બાળકને રાખે છે, એવું ધારીને કે પહેલા બે ચાર દિવસ દૂધ નથી આવતું. કોઇ કોઈ ઠેકાણે “ ગળથૂથી ”, સુવા અને ગોળના પાણી ઉપર, અથવા કોઇ ઠેકાણે કુમલી ચાહ ઉપર બાળકને રાખે છે. આ રીવાજ પસંદ કરવાજોગ નથી, બાળકને છાતીએ લગાડયાથી સૂવાવડીને ફાયદો થાય છે, ગર્ભાશય સંકોચાય છે અને તેની આંટને મજબૂતી મળે છે; પહેલું ચીકણું દૂધ (ચીક) બચ્ચું ધાવી લે છે તો થાન હલકાં પડે છે અને તેમાં નવું દૂધ ભરાવા માંડે છે. પહેલાં દૂધની અસરથી બાળકને સાફ દસ્ત આવે છે

અને તેના પેટનો ભરાયલો મેલ નીકળી આવે છે. જો સ્ત્રીને પહેલાં બે દિવસ ધાવણ નહિ આવે તોજ એક ભાગ ગાયનું તાજું દૂધ અને બે ભાગ ગરમ પાણી મેળવી તેમાં જરા સાકર અથવા પતાસું નાંખી પાવું. ધાવણ આવવા માંડ્યું કે નિયમસર દર બે અથવા ત્રણ કલાકે તેને ધવડાવવું. ધાવણ આપ્યા પછી તેને તેના બિછાનાપર સુવાડવું.

પ્રકરણ ૧૪ મું.

અધમુઆ (અસીસલા) બાળકની માવજત.

Premature and Delicate Infants.

બાળક અધમુવું હોવાનું મુખ્ય કારણ તેનો **દમ રૂંધાઇ જવાનું** છે. જો બાળક અધૂરા મહિનાનું હોય તો તેને જીવાડવા માટે ઘણીજ સંભાળની જરૂર છે. પેટમાં માતાના ગર્ભાશયમાં બાળક ઘણી ગરમીમાં રહે છે માટે જન્મ્યા પછી તેને પવન લાગે તો બાળક મરી જાય છે. બાળક અધમુવું માલુમ પડે તો તબીબને તુરત બોલાવવો અને તે આવે તે આગમચ દાયણે અથવા ઘરની વડી સ્ત્રીએ નીચલા ઘરગતુ ઇલાજ અજમાવવાઃ—

બાળકના મ્હોં તથા ગળામાંથી ચીકણી લબ હોય તે કાઢી નાંખવી. તેના બરડા અને કુલાપર ઠોકવું. તેના મ્હોંપર ગરમ અને ઠંડા પાણીના ફટકા મારવા. તેમ છતાં પણ દમ ન લે તો વારા ફરતી ગરમ અને ઠંડા પાણીમાં બેસાડવું. છાતીપર બ્રૅંડી દારૂ

ચોપડવો. વીજળીનો સંચો કેટલીકવાર તબીબ તેના શરીરપર ફેરવે છે. જો શરીર ઠંડું થતું હોય તો તેની ઉપર નળીયાંનો શેક કરવો, પછી દમ ચાલુ કરવાની ક્રિયા કરવી એટલે કે કૃત્રિમ શ્વાસોશ્વાસ ચલાવવો. આ ઉપાય બે કલાક સૂધી ચાલુ રાખવા. કેટલાંક બાળકો ઉપલા ઉપાયથી લગભગ મુએલી હાલતમાંથી સજીવન થયાં છે.

આવી વેળા બાળકનું વજન ચાર રતલની અંદર અને લંબાઇ નવ અથવા દસ ઇંચની અંદર હોય તો બાળકને ગરમી આપવા "ઇનકયુબેટર" (Incubator) માં મુકવું. જો તે નહિ મળે તો બાળકને રૂમાં લપેટી બે અથવા ચાર ધાબળીમાં વીંટાળી રાખવું. નેપકીનને બદલે રૂ વાપરવું. પછી બાળકને નેતરની બાસ્કીટમાં મેલી આસપાસ ગરમ પાણીની બાટલી રાખવી. ઓરડાની ગરમી ૮૦ ડીગ્રી ફે. હોવી જાઇએ. "ઇનકયુબેટર" ની ગરમી ૮૫ થી ૯૫ ડીગ્રી ફે. રાખવી. જો બાળક દમ લેતું નહિ હોય તો ઑકસીજન ગૅસ થોડે થોડે વખતે આપવી. આવી સ્થિતિમાં બાળક ધાવી શકશે નહિ, તેટલા માટે થાનમાંથી દૂધ કાઢી કાકડા અથવા ચમચી વડે દર કલાકે બે ચમચીથી એક ચમચા જેટલું દૂધ આપવું. બાળકના શરીર ઉપર દર ત્રણ દહાડે સાલીડ તેલ ચોપડવું. તેને નહવાડવું નહિ. બાળક શરીરમાં ભરાતું જશે એટલે પછી તેને માનું ધાવણ આપવાનું શરૂ કરવું.

અધમુઆ અને અસીસલાં બાળકને જીવાડવાને માટે અનુભવ અને કાળજીની ઘણી જરૂર છે.

તુરતનાં જન્મેલ બાળકના રોગ અને અકસ્માતો.

૧. જન્મેલાં બાળકના દમનું રૂંધાઇ જવું.

(Asphyxia)

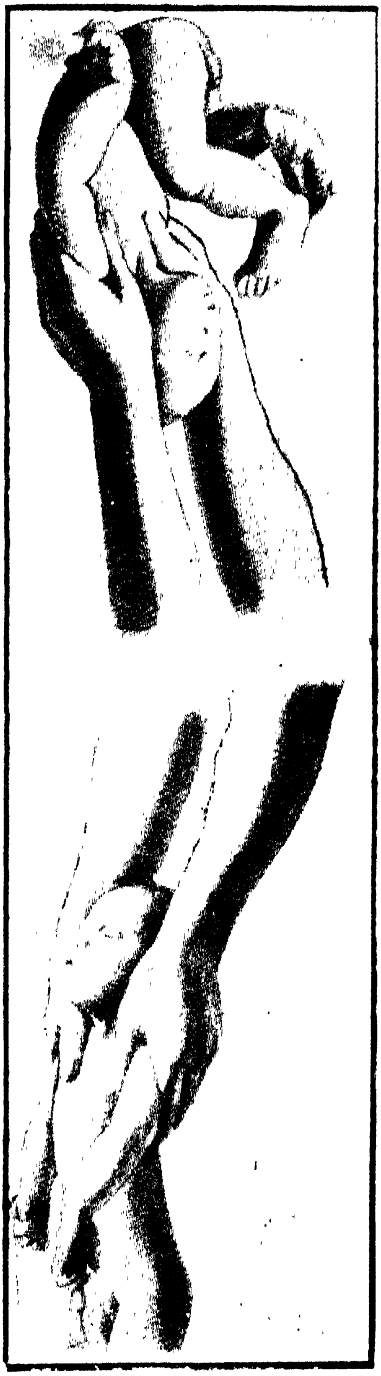
કારણો:—

૧ માતાને ઘણું લોહી જવાથી.
૨ તેણીને તાણ થયાથી.
૩ પ્રસૂતીની બીજી અવસ્થાને લાંબો વખત લાગ્યાથી.
૪ માતા મરણ પામ્યાથી.
૫ નાળપર દબાણ અથવા નાળમાં વળ આવ્યાથી.
૬ ભેજાપર દબાણ થયાથી.
૭ ઑરનું ગર્ભાશયથી જલદી છુટું થયાથી.
૮ લોહી, ગર્ભજળ, વિગેરેનું બાળકના ગળામાં જવું.
૯ બાળક અધુરા મહિનાનું અને નબળું હોયાથી.

જ્યારે બાળક જન્મે છે અને દમ લઇ શકતું નથી ત્યારે તે અધમુવું જેવું લાગે છે.

સારવાર:—દમ ચાલુ કરવા માટે બે ત્રણ રીત છે: એક રીત એ છે કે બાળકને કાખમાંથી પકડીને ઝુલતું રાખવું; પછી તેને એવી રીતે ગોલાંટ ખવડાવવી કે તેનું માથું નીચે અને કુળાં ઉપર આવે. મિનિટમાં એમ વારાફરતી દસથી બાર વખત કરવું. (ચીત્ર ૬૨ મું.)

બીજી રીત એ છે કે બાળકને દાયણે પોતાના ખોળામાં લઇ તેની પીઠપર સુવાડવું. તેનો જમણો હાથ ડાબા હાથમાં લેવો અને જમણા હાથે બાળકનાં કુળાં અને જાંગ ઉપર રાખવો, પછી બાળકને ડાબી બાજુપર એવી રીતે વાળવું કે તેની છાતી દ-



(ચીત્ર ૬૨ મું.)

અસીસલા બાળકને સજીવન
કરવાની રીત.

કૃત્રીમ શ્વાસોશ્વાસ.

આઇને હવા બાહેર નીકળે. એમ વારાફરતી ફેરવ્યાથી રૂંધાઈ ગયલો દમ ચાલુ થાય છે.

ત્રીજી રીત એ છે કે દાયણે પોતે લાંબો દમ લઇ બાળકના મ્હોમાં તે દમ છોડવો. આ રીતથી ઘણા ગેરફાયદા હોવાથી હાલમાં તે ચાલુ નથી.

૨ નાળનું પાકવું.

૩ કમળો.

૪ આંખ આવવી (Conjunctivites)

૫ મ્હોં અને હાથનો લકવો, હાંસડીના હાડકાનુ તુટી જવું વગેરે રોગો અને અકસ્માતો વારંવાર તુરતના જન્મેલા બાળકમાં જણાય છે.

પ્રકરણ ૧૫ મું.

માતાનું ધાવણ.

(Breast Feeding.)

માનું ધાવણ એક ઉછરતા બાળક માટે સર્વોત્તમ અને સંપૂર્ણ કુદરતી ખોરાક છે. તેની બરોબર કોઇપણ બનાવટી ખોરાક (કુત્રિમ ખોરાક) જગ્યા લઇ શકતો નથી. જે બાળકોને બનાવટી ખોરાકપર ઉછેરવામાં આવે છે તેઓને તોફાની દરયાના મોજામાં છોડી દીધા બરોબર છે. કયારે અને કયે વખતે તે ખડક સાથ અથડશે અને તેનો કયારે ભોગ થશે તે કોઇ કહી શકતું નથી. ધાવણથી બચ્ચાંને ફાયદો થાય છે એટલુંજ નહિ પણ માતાને પણ તે ફાયદો કરે છે. ધાવણ સૌથી સહેલું, સસ્તું અને

વગર કિંમતે ઉપજતું જીંદગીનું આબે હયાત છે. દૂધની બનાવટ માટે માતાને તકલીફ પડતી નથી. જ્યારે જોઇએ ત્યારે તે હાજર થાય છે. **જે માતા ધાવણ આપે છે તે માતા તરીકેની બચ્ચાં તરફની પોતાની ફરજ સમજે છે અને તે તેણીએ અદા કરેલી ગણાય છે.** ધાવણથી માતાની તંદુરસ્તીને ફાયદો થાય છે.

જન્મેલાં બાળકને તુરત ધાવણ આપ્યાથી માતાનું ગર્ભાશય સંકોચાય છે અને નાનું થવા માંડે છે. બચ્ચાંના મરણનો કોઠો તપાસતાં માલુમ પડશે કે બનાવટી ખોરાક ઉપર ઉધરેલાં બાળકોના મરણની ટીપ ધાવતાં બચ્ચાંના કરતાં ત્રણગણી વધુ આવે છે. બીજું પાચનક્રિયાની બિમારીઓ ધાવતાં બચ્ચાંમાં કમી હોય છે અને તે બિમારીઓ બનાવટી ખોરાકપર ઉધરેલા બાળકની પેઠે જીવલેણ હોતી નથી.

માતાનું દૂધ જીવજંતુઓથી નીરાળું હોય છે, જ્યારે બનાવટી દૂધ માંહેલાં હજારો જીવલેણ જંતુઓ બચ્ચાંની હોજરીમાં ચાલુ ગયાથી તેઓને ઝાડો, અતિસાર, અને પેટની બીજી બિમારીઓનો ભોગ કરેછે. બનાવટી ખોરાકપર ઉછરતું બાળક ફીકકી ચામડીવાળું અને નાતવાન હોય છે. તેના સ્નાયુઓ પોચા હોય છે અને તે ચંચળ હોતું નથી. બનાવટી ખોરાકપર જીવતાં બાળકોમાં ઉડતો રોગ જેવો કે ગોવરૂં, શીતળા, કુકડયા ખાંસી, ફેફસાંની નળીઓનો સોજો (બ્રોનકાઇટીસ) વિગેરે રોગો વધુ જોવામાં આવે છે. તેને સાફ ઝાડો આવતો નથી, કોઇ વખત અતિસાર થાય છે તો કોઇ વેળા ચાલુ કબજીયાતની ફરયાદ હોય છે. સામટી રીતે જોતાં એવાં બાળકોનો ઉધરભાવ અને તેમની



(ચીત્ર ૫૮ મું.)

બાળકને પકડીને નહવરાવવાની રીત.



(ચીત્ર ૫૯ મું.)

જોડ બાળક

એક બાળકને માતાના દુધપર અને બીજાને ઉપરના દુધપર
રાખ્યાનું પરીણામ.

માનસીક શક્તિઓ ધાવતાં બચ્ચાં કરતાં ઘણે દરજ્જે ઓછી હોય છે. આ સર્વ ફાયદાઓ જાણવા છતાં કાંઇક નજીવાં કારણુસર માતા કેટલીકવાર પોતાનું ધાવણ છોડાવી દે છે. પોતાની મોજ શોખને ખાતર જે માતાઓ પોતાના બાળકને ધાવણથી દૂર રાખે છે અને જે તબીબો અને નર્સો કાંઇ નજીવાં કારણુસર એ કામમાં ઉત્તેજન આપે છે તેઓ સર્વ બાળકના ભવીષ્યનો જાતી હક લુટે છે. તેટલા માટે કોઇપણ માતાને તબીબની પરવાનગી વગર કોઇપણ કારણે પોતાનાજ ગર્ભમાંથી પાકેલાં ફળોને દૂધ વગરનું ટવળતું રાખવાને આજની વીસમી સદીની વિદ્યા શીખવતી નથી. એવી વખતે જો સ્ત્રી તબીબની સલાહ લેવા આવે તો તબીબે પુર ગંભીરતાથી વિચાર કર્યા પછીજ તેણીને હા અથવા ના કહેવું.

એક ગંભીર જીવલેણ વહાડકાપ કરાવવું કે નહિ તે બાબત મત આપવો તબીબ માટે જેટલું વિકટ કામ છે તેના કરતાં વધુ વિકટ કામ તેને માટે એક બાળકને માતાનું ધાવણ આપવું કે તેને હમેશને માટે તત્ર‌ળતું રાખવું તેનો વિચાર કરવાનું છે. (ચીત્ર ૯૫ મું) માતાનું દૂધ થાનની અંદર ચોક્કસ પ્રયોગથી થાય છે. દૂધમાં ચરબીનો ભાગ કમી હોય તો ચરબી વાળા ખોરાકથી તે ભાગ દૂધમાં વધશે નહિ પણ તેણી જો ગોસ્તનો ખોરાક, ઇંડાં, દૂધ, માખણ વિગેરે ખાશે તો દૂધ બરોબર આવશે. ત્રીજા અને પાંચમાં દહાડાની આગમચ થાનમાં દૂધ આવતું નથી પણ તે વેળા એક જાડો ચિકાશવાળો પ્રવાહી જેને **ચીક** (Colostrum) કહે છે તે હોય છે. (ચિત્ર ૧૫ મું) તે પીધાથી બચ્ચાંને પહેલવહેલાં સાફ ઝાડો થાય છે, અને તે પાચનક્રિયાના અવયવોને સાફ રાખે છે. ચીક જોકે પૂષ્ટીકારક છે

તોપણ તે પીધાથી બચ્ચાંની દૂધ માટેની તરસની તલબ કમી થતી નથી. આ રીતે ધીમે ધીમે પાંચમા દિવસ પછી દૂધ આવવા માંડે છે અને બચ્ચાની હાજત પ્રમાણે ઓછું અથવા વધારે, પાણી જેવું અથવા ચીકાશવાળું તેની ઉમર અને હાજતના પ્રમાણમાં તે ચાલુ આવે છે.

દસમા મહિના પછી દૂધમાં જે પૂષ્ટીકારક તત્વ હોય છે તે રહેતું નથી અને તે પાણી જેવું હોય છે, એટલામાટે આપણે માનું ધાવણ દસ મહિના પછી છોડવીએ છીએ.

માતાએ યાદ રાખવું કે બાળકને તેણીનું દૂધ વધારે મળશે તો તે વધારે મજબૂત થશે અને ઝડપથી ધાવશે. જો બાળક ધીમેથી ધાવશે તો દૂધ પણ તેજ પ્રમાણે ઓછું આવશે. કોઇવાર નબળું બાળક પેટ પુરી જાય ત્યાં સુધી ધાવ્યાજ કરેછે પણ ઘણુંખરૂં એમ બનતું નથી, કારણકે તેની નાતવાન શક્તિને લીધે તે ધીમેથી ધાવે છે અને દૂધ પણ તેજ પ્રમાણમાં તેને ફાળે કમી આવે છે. એક ધવાડનારી નર્સ અથવા આયા (Wet-nurse) કેટલીકવાર એકી વેળા ત્રણથી ચાર બાળકને ધવડાવી શકે છે. માતાની તનદુરસ્તીપર ધાવણનો થોડો ઘણો આધાર હોય છે. કેટલીકવાર ભુખે મરતી નાતવાન સ્ત્રીએ તેના બાળકને ધાવણ આપ્યું હોય તો તે બાળક તેણીનાં દૂધપર સારી રીતે ઊછળી નીકળેલું હોય છે. આ ઉપરથી એમ ઠરતું નથી કે માતાની તનદુરસ્તી અને ખોરાકપર ધ્યાન નહિ આપવું, પણ જ્યારે કેટલીક સ્ત્રીઓ ખાઇ પીને મોજ ઉડાવે, અને ચાલુ નબળાઇ હોવાના ખોટા ફડાકા મારે ત્યારે તેઓને માટે ઉપલો મત સર્વેએ બાંધવો જોઇએ.

પૅરીસના ઘેરાની વખતે ભુખે ટવળતી, નાતવાન અને લડાઇમાં ઉતરેલી જે સ્ત્રીઓએ પોતાના બાળકોને ધવાડયાં છે તે બાળકોને આજે આપણે જોઇશું તો આવી કંગાળ ઓરતોએ આવી દયાજનક સ્થિતિમાં પણ આવાં સુંદર તનદુરસ્ત બાળકોની દેશને નવાજેશ કીધી છે એમ જાણી આપણે તેઓપર આફ્રીન કરીશું.

વળી કેટલીક માતાઓ એમ માને છે કે, જો થાન મોટાં હોય તોજ દૂધ આવે અને નાના તથા ઝુલી પડતાં થાનમાં દૂધ નહિ આવે, પણ એ માન્યતા ખોટી છે. મોટાં થાન તો માત્ર તેની બનાવટમાં ચરબીનો ભાગ ઘણો હોવાથી માત્ર ભરેલાં અને સ્ત્રીની ખુબસુરતીમાં વધારો કરનારાં હોય છે.

કયારે અને કેવી રીતે બચ્ચાને ધાવણ આપવું ?

ધવાડનારી માતાનો ખોરાકઃ—માતાએ પોતે સાદો અને પૂષ્ટીકારક ખોરાક ખાવો. પહેલા બે દિવસ તેણીએ દૂધ, કસતર્ડ, પાંઉ, માખણ કોકો, “સૅનેટોજન,” કુમળી ચા વિગેરે લેવું. ત્રીજે દિવસે સહેજ ગોસ્તનો સેરવો, તાજી મછી, વિગેરે ખોરાક લેવો. ધીમે ધીમે ખોરાક વધારવો અને ખોરાક ઉપરાંત તેણીએ આખા દહાડામાં એક શેર દૂધ પીવું. તેણી માટે કોઇ પણ જાતનો દારૂ પીવો ફાયદાકારક નથી તેટલા માટે “સ્તાઉટ” અને “બીર” પીવાની જરૂર નથી. તેણીને આશાએસની જરૂર છે, પણ તેમ તેણીએ અચાસી અને આળસુ થઇ પડી રહેવું નહિ. તેણીએ કોઈ પણ જાતની ફીકર ચીંતા કરવી નહિ.

માતાએ **થાન અને બોટણીની** ખૂબ **સંભાળ લેવી. તેને સ્વચ્છ રાખવાને સહુવાર સાંજ તેની ઉપર “બોરેસીક પાઉડર”**

અથવા "સૅનીટૅરી રેાઝ પાઉડર" છાંટવેા. હમેલના છેલ્લા બે મહિના "હેઝલીન ક્રીમ" લગાડવું. જો બેાટણી થાનની બાહેર ઘણી નીકળી હેાય તેા તે ઉપર કપડું અથવા રૂ મૂકીને કપડાં પહેરવાં, નહિ તેા કપડાં સાથ બેાટણી ઘસાઇને ચીરા પડશે.

માતાએ પેાતાનું દૂધ બચ્ચાંને પાવા માટે હમેશા ઈંતેજાર રહેવું. કાંઇપણ નજીવાં કારણસર દૂધ આપવાનું બંધ કરવું નહિ.

બાળક જન્મ્યા પછી કેટલીકવાર તુરત ધાવણ આપવામાં આવે છે, પણ ખરૂં જોતાં પાંચ છ કલાક પછી પહેલું ધાવણ આપે તેા માતાની સૂવાવડ વખતની થાક તેટલા વખતમાં ઉતરી જાય છે. પહેલેથી વખતસર દૂધ આપવાની ટેવ પાડવી. જો માતા એવી ટેવ પાડશે તેા દરેક રીતના કંટાળામાંથી તેણી મૂક્ત થશે. કેટલાંકેા પહેલા બે મહિના દર બે કલાકે દૂધ આપવાની ભલામણ કરે છે. પણ તે ઘણું છે. દર ત્રણ કલાકે દૂધ આપવું વાજબી છે.

બાળકને દૂધ આપવાનેા કેાઠેા.

	સહવારમાં.	બપેારે.	રાત્રે.
પહેલા ત્રણ મહિના	પાંચ વાગે આઠ વાગે અગીઆર વાગે	બે વાગે પાંચ વાગે	૮ વાગે ૧૧ વાગે ૨ વાગે
ચેાથે મહિને	પાંચ વાગે સાડાઆઠ વાગે બાર વાગે	૩–૩૦ વાગે	૭ વાગે ૧૦॥ વાગે
ચેાથા મહિના પછી	૬ વાગે ૧૦ વાગે	૨ વાગે ૬ વાગે	૧૦ વાગે

ઉપલા કોઠાપરથી સહેજ સમજાશે કે, પહેલે મહીને દિવસમાં દર ત્રણ કલાકે, ત્રીજા મહીનાથી દર સાડાત્રણ કલાકે, અને ચોથા મહીના પછી દર ચાર કલાકે ધવરાવવું. રાત્રે પહેલે મહિને બેવાર, ત્યાર પછી માત્ર એકવાર ધવરાવવું. પણ **અફ્સોસ છે કે સેંકડે ભાગ્યે પાંચ ટકા જેટલી માતાઓ પોતાના બચ્ચાંને એમ વખતસર દૂધ આપતી હશે.**

બચ્ચું રડે એટલે તેણી દૂધ આપે છે અને રાતના બાળકને ઉંઘાઇ જવા માટે દૂધ પાવાનાં ચાલુ ફાફાં માર્યા કરે છે.

બાળકના ઓરડામાં ઘડીયાળની ખાસ જરૂર છે અને તે **ઘડીયાળના વખત પ્રમાણે ચોકકસ વખતે બચ્ચાને દૂધ પાવું.** બાળક જો સુઇ ગયલું હોય તો તેને ઉઠાડીને દૂધ આપવું. જો તેમ કરવા નહિ ગમે તો તે વખતનું દૂધ નહિ આપતાં બીજા ત્રણ કલાક પછી જ્યારે પાછો ધાવણનો વખત થાય ત્યારે જ આપવું. એમ જો બાળકને દૂધ આપશો તો બીજી વખતે તે બરોબર દૂધ પીવાના વખતેજ જાગૃત થશે.

બાળક ક્યારે રડે છે ?

બચ્ચાને ઉંઘ નથી આવતી અથવા રડે છે તે કાંઇ હંમેશા ભુખ્યું હોવાને લીધે નહિ, પણ વારંવાર અજીરણ, પેટમાં પવન અને તેનાથી થતો દુખાવો, ઠંડા પગો, ભારી કપડાં, અને પીશાબથી નેપકીન ભીજાયાથી પણ બાળક રડે છે. એવી વખતે બાળકની તે હાજત પૂરી પાડી તેને આશાએસ આપવી. **તેથી ઉલટું તે વખતે ઘણી માતાઓ તે બાળકને ધવરાવી તેનું પેટ ફુગાવી દે છે.**

માતાએ ધાવણ કેવી રીતે બચ્ચાનાં મ્હોંમાં આપવું.

ધાવણ આપતી વખતે માતાએ બોટણી પાણી વડે સાફ કરી સુકવી નાખવી. ત્યારપછી તેને દાબીને દૂધનાં થોડાં ટીપાં બાહેર કાઢવાં. એમ કર્યાથી ચામડી ઉપરનાં હાનીકારક જીવજંતુઓ નીકળી જશે અને બોટણી પોચી થશે તો બચ્ચું સહેલાઇથી તેને મ્હોંમાં લઇ શકશે.

જ્યારે માતા બિછાનાપર સુતેલી હોય ત્યારે તેણીએ બચ્ચાને પોતાની છાતી ઉપર આડું રાખવું. જો તેણીએ જમણું થાન બચ્ચાને આપ્યું હોય તો તે બાળકના પગો તેણીની ડાબી બાજુએ રહે એમ રાખવું. માતાએ પોતાનો જમણો હાથ તકીયાપર મૂકી પોતાની કોણી ટેકવીને ધવાડવું એટલે તેણી થાકી જશે નહિ. જો તેણી બેસીને ધવડાવતી હોય તો બચ્ચા ને બાજુપર ખોળામાં લેવું. તેણીએ જરા આગળ વળીને બેસવું કે જેથી બચ્ચાના મ્હોંમાં બોટણી બરાબર રહે અને વારેઘડીએ નીકળી જાય નહિ. માતાએ પોતાના ધાવણપર ખાલી હાથ એવી રીતે મૂકવો કે જ્યારે જોઇએ ત્યારે થોડું યા ઘણું દૂધ બચ્ચું લઇ શકે, કારણકે કોઇ વખત બચ્ચું એકી વખતે ઘણું દૂધ પી જાય તો પછી તેને પેટમાં દુખે. એવી વખતે માતા જો ધાવણ જરા દાબી રાખે તો ઘણો ફાયદો થાય.

પહેલે અઠવાડીએ દરેક ધાવણની વખતે માતાએ બન્ને થાનનું દૂધ પાવું. પણ ત્યારપછી વારાફરતી એકજ થાન એક વખત આપવું.

બાળકને કેટલો વખત ધવડાવવું જોઇએ ?

એક તનદરોરત બાળક એક થાન ખાલી કરતાં પંદરથી

વીસ મિનિટ લે છે, પણ જો બાળક નબળું હોય અથવા થાનની ડોટણી બરોબર નહિ હોય અથવા બચ્ચાના નાકમાં મસા (adenoids) હોય તો તે બાળકને ધાવતાં વધુવાર લાગશે.

મ્હોંમાં ડોટણી રાખી બચ્ચાને સુવાડી દેવાનો રીવાજ છે તેમ કદી કરવું નહિ. ધાવણ આપ્યા પછી ડોટણી દૂધથી ખરડાએલી હોય તો તેને પાણીવડે સાફ કરવી અને તે સુકવી નાંખી તેપર કાંઇ પાઉડર નાંખવો.

પછી બચ્ચાંને તેના બિછાનાપર મૂકવું પણ માથું જરા ઉંચે રાખવું કે તે દૂધ ઉલટી કરી કહાડી નાખે નહિ.

માતાનું દૂધ બચ્ચાને માફક આવે છે કે નહિ તે કેમ જાણશો ?

બચ્ચાના ઉધરભાવથી તથા તનદરોસ્તીપરથી આપણે કહી શકીએ કે બચ્ચાને દૂધ માફક આવે છે કે નહિ. જો બાળક ધાવવા માંડે અને થોડાવારમાં ધાવણ છોડી રડવા માંડે તો જાણવું કે માતાને દૂધ પૂરતું આવતું નથી. તેમ વળી બાળક દૂધ પીતું પીતું ઊંઘી જાય અને બીજી વખતના ધાવણનો વખત થાય તેની આગમચ રડે તો તે દેખાડે છે કે કદાચ માતાને દૂધ પૂરતું નહિ આવતું હોય. જો બાળકના પેટમાં દુખાવો થતો હોય એવી રીતે મરડાઇને રડે તો દૂધ હજમ થતું નથી એમ જાણવું.

સૌથી સરસ નુસકો એ છે કે બાળકનું વજન જો તેની ઉમર પ્રમાણે ચાલુ વધતું હોય તો તે બાળકને ધાવણ માફક આવે છે તેની અચુક નિશાની છે. પહેલે અઠવાડીએ બાળકનું વજન તેના જન્મ પછી હોય તેના કરતાં કમી થાય છે. પણ ત્યારપછી બાળક દરરોજ એક ઔંસ વજનમાં વધે છે. કોઇ

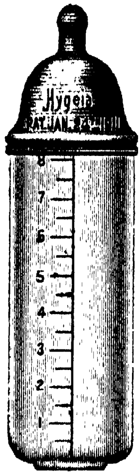
બાળક જરા ઓછું વધતું વધે છે; પણ તેનું વજન ચાલુ વધવું જોઈએ. છ મહિના પછી એક બાળકનું વજન બેવડું થવું જોઇએ એટલે કે તે જન્મયું ત્યારે છ રતલ હેાય તેા છઠે મહિને તે બાર રતલ હેાવું જોઇએ. તેમ તેનું વજન એક વરસ પછી ત્રણ ગણું હેાવું જોઇએ.

જેમ બાળકના ઓરડામાં ઘડીયાળની જરૂર છે તેમ એક નાના વજન કરવાના ત્રાજવાંની (*weighing machine*) (ચીત્ર ૬ ઠું) પણ જરૂર છે. તે થેાડી કીંમતમાં મળી શકે છે. પણ તેાલવા માટે એક માતાએ અતેરૂં કરવું નહિ. બાળકને વારંવાર તેાલવું નહિ અને તેાલ્યાથી કેાઇ વેળા સહેજ વજન કમી થાય તેા ચીંતા કરવી નહિ. બાળકના જન્મ પછી એક અઠવાડયાની અંદર બાળકને પાછું તેાલવું. બીજું, જો બાળકને દૂધ પૂરતું મળશે તેા તે સારી રીતે ઊંઘશે, આનંદમાં રહેશે, પેટમાં દુખાવેા થશે નહિ, ચીસ પાડીને રડશે નહિ અને પેટ ફુગી આવશે નહિ. તેના સ્નાયુઓ કઠણ અને મજબુત હશે, તેા બાળક ચંચળ દેખાશે અને તેને સાફ ઝાડેા રેાજ આવશે.

ધાવણ આપવાની મુશ્કેલીઓ.

પહેલા થેાડા દિવસ દૂધ પૂરતું આવતું નથી તે વખતે માતા ખેાટી રીતે દેારવાઇ જાય છે કે તેણીના થાનમાં દૂધ નથી, અને પેાતાનું પ્યારૂં બાળક ભૂખે ટવળે નહિ એમ ધારીને, તેણી ગાયના અથવા બીજા બનાવટી દૂધપર તેને ઉછેરવાની કેાશેશ કરે છે. તેણીને હુમેશા સમજાવવી જોઇએ કે બાળક જયારે ભૂખ્યું થશે ત્યારે તે જોરથી ધાવશે તેા પછી દૂધ પણ પેાતાની મેળે જાસ્તી આવવા માંડશે. તેણીના મનપર દાયણે પહેલેથી ઠસાવવું

બાળક માટે દુધની બાટલી.



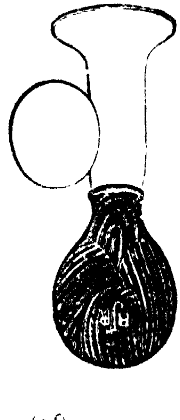
(ચીત્ર ૩૯ મું.)



(ચીત્ર ૪૦ મું.)



(ચીત્ર ૪૧ મું.)
માતાના ધાવણમાંથી દુધ
કાઢવાની રીત
(Teterelle.)



(ચીત્ર ૪૨ મું.)
ધાવણમાંથી દુધ
કાઢવાનું યંત્ર.
(Breast pump.)

કે બાળકનું રડવાનું કારણ તે ભૂખ્યું હોયાનું નથી હોતું. શરૂઆતમાં બાળક એકદમ ધાવતું નથી, તે ધાવણ લેતાં પહેલાં થાકી જાય છે અને તેથી બોટણી મ્હોંમાંથી છોડી દે છે, ત્યારે માતા એમ ધારે છે કે બાળકને દૂધ માફકસર નથી આવતું. વળી બાળકને સીધી રીતે આરામથી ધવડાવતાં માતાને નહિ આવડે ત્યારે પણ મ્હોંમાંથી બોટણી વારંવાર નીકળી જાય છે. એક વખત બાળક ભૂખ્યું થયું તો તે પોતાની મેળે હોંશીઆર થઈ, ધાવતાં શીખશે અને તેના શીખ્યા પછીજ દૂધ ખુલાસાથી આવવા માંડશે. બાળક પણ વારંવાર મોટા આદમીની માફક મગજના ફાંટાં પ્રમાણે વર્તે છે. તેટલા માટે માતાએ કદીપણ ધવડાવવા માટે ઘણી ઇંતેજારી રાખવી નહિ. શાંત મને, ધીરજથી અને આનંદી રીતે તેણીએ પોતાની માતા તરીકેની ફરજ બજાવતાં શીખવું જોઇએ.

તેણીએ કદીપણ એમ ધારવું નહિ કે તેણીના ધવાડયાથી તેણીની તંદુરસ્તીપર અસર થશે, અથવા તેણીની દેહ લથડી જશે, પોતે નાતવાન થશે અને પોતાની જવાનીના બહારને કચડી નાંખશે. આવા બેહુદા ખ્યાલો તેણીએ મનમાંથી કાઢી નાંખવા. બીજી મુશ્કેલીઓ માતાને નડે છે તે ધાવણની બોટણીની છે, જે વારંવાર ખીલેલી હોતી નથી અને બેસી ગયલી હોયાથી બાળકના મ્હોંમાં ધાવણ આવી શકતું નથી. આવી બોટણીને હેઝલીન ક્રીમ લગાડી બહાર ખેંચવી. જો બોટણીપર ચીરા પડયા હોય તો તુરત તેનો ઇલાજ કરવો, નહિ તો માતાને વેદના થશે. ચીરા માટે "ઝીંક ઑઇન્ટમેન્ટ" અથવા "ટીંકચર બેનઝોઇનકો" લગાડવું, તેથી કાંઇ નહિ વળે તો "બ્રેસ્ત પમ્પ"

(Breast Pump) (ચીત્ર ૪૧, ૪૨ મું) વાપરીને દૂધ કાઢવું. બાળક ઘણું નબળું હોય અને ધાવી નહિ શકતું હોય તો તેને થાનમાંથી દૂધ કાઢીને નાની ચમચી વડે પાવું. થોડા દિવસ પછી બાળક ઠીક થશે તો ધાવણ મ્હોંમાં લેશે.

તપાસ કરતાં માલુમ પડે કે માતાને ખરેખર દૂધ થોડું આવે છે તો એકદમ બચ્ચાનું ધાવણ છોડવવું નહિ. તે સ્ત્રીને પૂરતો ખોરાક આપવો. ખાસ કરીને ગોસ્તનો ખોરાક વધુ આપવો. આખા દિવસમાં શેરથી દોઢ શેર દૂધ તેણીએ પીવું. "લૅકટેગૉલ" નો ઉપયોગ કરવો. તેની બનાવટ કપાસયાનાં બીમાંથી બનાવેલી હોય છે. તેણીએ પુરતી આસાએશ લેવી અને દરરોજ સાંજના ચોખ્ખી હવામાં ફરવા જવું. આ ઉપાયથી દૂધ વધુ આવશે તો બાળકને ધાવણ છોડાવવાની જરૂર પડશે નહિ. આ ઇલાજથી ફાયદો ન જણાય અને દૂધ સુકાવા માંડે તો તબીબની સલાહ લેવી. કેટલીકવાર દૂધ જોઇએ તે કરતાં વધુ ચીકાસવાળું અને સારૂં હોય છે તો તે દૂધ નબળા બાળકને ભારી પડે છે અને તેને હજમ થતું નથી. આવા બાળકને ધવડાવ્યા પછી થોડું ગરમ કીધેલું કુકકું પાણી પાવું અથવા દરવેળા પહેલું થોડું દૂધ "બ્રેસ્ત પમ્પ" વડે કાઢી લેવું અને પછી ધાવણ આપવું. કેટલાંકોનું કહેવું એવું છે કે આજના સૂધારા વધારાના જમાનામાં માતાઓ પોતાની વધતી જતી સંસારી હાજતોને લીધે ધાવણ આપી શકે તેમ નથી. તેટલામાટે આ બધી માથાફોડ અને તકલીફ લઇએ તેના કરતાં ટુંકામાં માતાનું દૂધ પહેલેથી આપીને નહિ અને ઉપરના દૂધપરજ રાખીએ તો કેમ ? માતાનાં ગમે તેવાં દૂધથી બાળકની જીંદગીને કદી



(ચીત્ર ૫૬ મું.)

કુદરતનો વીચીત્ર નમુનો.

ચાલીસ આંગળાંવાળું બાળક.



(ચીત્ર ૫૭ મું.)

ઈલાજ કર્યા વગરનો કુદરતી

ચીરાયલો હોઠ.

પણ નુકસાન થશે નહિ તેટલામાટે માતાએ અથવા નર્સ આ ઉપલા સર્વ ઇલાજો અજમાવવા અને કદીપણ નજીવાં કારણુસર બાળકને માતાનાં દૂધથી અલગ રાખવું નહિ.

માતાનું દૂધ ખરી રીતે કયારે નહિ આપવું જોઇએ ?

૧ ખહીવાળી માતાનું દૂધ.

૨. માતા કેાઇ બિમારીથી ઘણીજ નાતવાન હાલતમાં હેાય.

૩. માતા દીવાની હેાય અથવા કુટુંબમાં દીવાનાપણાનેા રેાગ હેાય.

૪. બન્ને થાનમાં ગુમડાં થઇ પરૂ બંધાયું હેાય.

૫. બાળકનેા હેાઠ જન્મથી ચીરાયલેા હેાય (Hare lip) અથવા મ્હેાંડાપર ચીરા હેાય. (ચીત્ર ૫૭ મું)

કેટલીકવાર ધવડાવતી સ્ત્રીને માસીક માંદગી દેખાવ દે છે તેા તેણી તે દિવસથી ધવાડવાનું છેાડી દેશે. પણ તેમાં ભૂલ છે. **તબીબ સિવાય કેાઇપણ આદમીને એક માતાને કૃત્રિમ ખેારાકપર બાળકને ઊછેરવાની ભલામણ કરવાની અને અભીપ્રાય આપવાની સત્તા નથી.**

કયારે ધાવણું છેાડવશેા ?

નવ મહિના સૂધી બચ્ચાને માનું ધ આપવું અને દસમે મહિને તે છેાડવી નાંખવું, કારણકે ત્યાર પછી આવતુ દૂધ પાણી જેવું હેાય છે અને તે પુરતું હેાતું નથી. ગરમીના દિવસમાં બનતાં સુધી ધાવણુ છેાડાવશેા નહિ. જો માતા દસ મહિના પછી દૂધ પાએ તેા તેણીનું લેાહી ઉડી જાય છે, (anaemia) તેણી નાતવાન બને છે અને કેાઇ વખત તેણીને ખહીની બિમારી લાગુ પડે છે.

માતાનું ધાવણ ધીમે ધીમે છોડાવવું જોઇએ. એક વખત માતાનું ધાવણ આપવું, બીજી વેળા ઉપરનું દૂધ આપવું એમ કરી ધીરે ધીરે તેને ઉપરના દૂધ ઉપર રાખતાં જવું. કેટલીકવાર માતા એકદમ બિમાર થઇ જાય અથવા કોઇ બીજાં કારણે દૂધ એકદમ છોડવવું પડે છે. એક બચ્ચાને જયાંસુધી માતાનું થોડું પણ દૂધ મળતું હોય તો તે ઉપરનું દૂધ પીતું નથી. આવાં બાળકોને ધાવણ એકદમ છોડાવવું પડે છે. કેટલીક માતાઓને ધાવણ છોડાવવાનું કામ કંટાળાભરેલું તથા મુશ્કેલ માલુમ પડે છે, કારણકે તેઓ હીંમતવાન તથા પક્કા ઠરાવવાલી હોતી નથી. બચ્ચું રડે તો પાછું ધાવણ આપે છે. એમ કર્યાથી બાળક તે ટેવ છોડતું નથી. ત્યાર પછી તેણી જલ્લદ અને ઝેરી વસ્તુઓ બોટણીને લગાડે છે. તેમ ન કરતાં જો જરૂર પડે તો એલીઓ (aloes) અથવા કરીઆતાનો રસ અથવા 'કવીનાઇન' લગાડવું. દાંત ફુટતા હોય, ગરમીમાં બાળક આજારી હોય, સહીયડ અથવા ગોનરૂં આવ્યું હોય તો તે વેળા ધાવણ છોડાવવું નહિ.

વધારે મહિના ધવડાવવાના ગેરફાયદા.

બાળક બે ત્રણ વરસનું થાય ત્યાંસુધી ગરીબ વર્ગની અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ તેને ધાવણ આપે છે, એવું ધારીને કે તેણીને પાછા હમેલ તે દરમીઆન રહેશે નહિ. જોકે ગર્ભાશય અને ધાવણ વચ્ચે નીકટ સંબંધ હોય છે પણ એમ હમેશાં બનતું નથી. ચાલુ ધવડાવવાથી માતા નબળી થતી જાય છે, તેણીને કમ્મરનો દુખાવો થાય છે, ધાવણ તણાય છે, ચક્કર આવે છે, તેણીનું લોહી ઉડી જાય છે, ખાંસી દમ અને હાંફણ તથા ખહી વિગેરે થવાનો સંભવ રહે છે, તેમજ પગ ઉપર સોજો આવે છે અને કેટલીકવાર આંખનું તેજ ઓછું થાય છે.

બાળકને માત્ર દૂધ જેવો હલકોજ ખોરાક ચાલુ આપ્યાથી તે નાતવાન અને નબળું થાય છે, તેનાં હાડકાં પોચાં થઇ જાય છે અને તેને 'રીકેટસ' નો રોગ થાય છે.

પ્રકરણ ૧૬ મું.

કૃત્રિમ ખોરાક.

બનાવટી દૂધપર બાળકને કેમ ઉછેરશો?

Artificial Feeding & Patent Foods.

છેલ્લાં ત્રીસ વરસ થયાં બનાવટી દૂધ અને 'પેટંટ ફુડ' હસ્તીમાં આવ્યાં છે; પણ બાળકને તંદુરસ્ત અને મજબૂત રાખવું હોય તો આવા ખોરાકની કાંઇ જરૂર નથી. હાલના હરીફાઇના જમાનામાં દરરોજ "પેટંટ ફુડ" ચાલુ બાહેર પડતા જાય છે. હાલની વધતી જતી વિદ્યાના પરિણામે જૂદા જૂદા ખોરાકને રસાયણિક ક્રિયાના આધારે માતાનાં દૂધની બરોબર બનાવવાની કોશેશ થાય છે, પણ તે કેટલે અંશે ઉપયોગી થઇ પડે છે તે થોડા વખત માટે ફુલેલાં આસુદાં બાળક તરફ નજર નાંખ્યાથી માલમ પડશે. તે ખૂબસુરત, આસુદું, ફુલેલું, 'પેટંટ ફુડ' ની જાહેર ખબર માફક લલચાવનારૂં બાળક પહેલીજ બિમારીમાં તદન નબળું થઇ જશે, જલદી ચાલશે નહિ અને ચાલશે તો કદાચ હાડકાં વાંકાં વળી જશે. માતાના દૂધપર ઉછરેલું બાળક તેજ હમેશનું તંદુરસ્ત બાળક છે, અને તેજ તેણીની ભવિષ્યની મોટી ખુશાલી છે.

•

માતાના દૂધની પરીક્ષા.

માતાના દૂધમાં સર્વે તત્વો એવાં છે કે જેથી એક ઉધરતાં બાળકને ગરમી મળે, દિવસે દિવસે તે મોટું થાય અને તેના શરિરમાં ચાલતી સર્વ ક્રિયા પોતાનું કામ નિયમિત રીતે કરતું જાય. આ સર્વ ઉપયોગી તત્વો તેની હાજતના પ્રમાણમાં ઓછાં વધતાં હોય છે. એક બાળકનું વજન છ મહિના રહીને બેવડું થાય છે જ્યારે એક તરતનું જન્મેલું સસલું છ દિવસમાં પોતાનું વજન બેવડું કરે છે. તેનું કારણ એ કે, સસલાના દૂધમાં "પ્રોતીન" નામનું તત્ત્વ સાડાબાર ટકા જેટલું હોય છે, ત્યારે માતાના દૂધમાં તે તત્વ માત્ર દોઢ ટકા જેટલું હોય છે. જે જાનવરો ઠંડીના મુલકમાં રહેતાં હોય તેઓને વધુ ગરમીની જરૂર છે અને ચરબીવાળો ખોરાક ગરમી આપતો હોયાથી તેના દૂધમાં ચરબીનું તત્ત્વ વધારે હોય છે. સાગરના દૂધમાં સતર ટકા ચરબી જ્યારે માતાના દૂધમાં ચાર ટકા જેટલી છે, કારણકે બાળકને માટે રહેવાનું ઘર છે અને તેની માતા પાસે તેને માટે ગરમ કપડાં વિગેરે છે. તેજ પ્રમાણે તેજી ઉત્પન્ન કરનારો ખોરાક જે ખાંડ છે, તે પણ હાજતના પ્રમાણમાં જૂદાં જૂદાં જાનવરોમાં હોય છે. આ ઉપલી દલીલો ઉપરથી આપણે સહેજમાં સમજી શકયે છીયે કે જૂદાં જૂદાં જાનવરોના દૂધમાં તેઓના બચ્ચાંઓની હાજતના પ્રમાણમાં તે તત્ત્વો હોય છે. ગાયનું દૂધ એક ઉછરતા વાછરડા માટેજ સંપૂર્ણ ખોરાક છે. તેટલા માટે માતાનું દૂધ જન્મેલાં બાળક માટે સર્વોત્તમ અને સંપૂર્ણ કુદરતી ખોરાક છે.

ગાય તથા ભેંસના દૂધ સાથે માતાના દૂધની સરખામણી.

દર ૧૦૦ ભાગમાં	પાણી.	દહીં જેવો પદાર્થ.	ચીકાશવાળા પદાર્થો.	ખાંડ.	મિશ્ર ખારો (સૉલ્ટસ)
કોલૉસ્ટ્રમ (પહેલું દૂધ)	૮૮.૨૩	૫.૭૧	૨.૦૪	૩.૭૪	૦.૨૮
માતાનું દૂધ	૮૮.૫૦	૩.૪૨	૩.૩૩	૪.૫૫	૦.૨૧
ગાયનું દૂધ	૮૭.૫	૪.૨૧	૩.૮૨	૩.૬૭	૦.૭૧
ભેંસનુ દૂધ	૮૪.૧૦	૪.૦૧	૭.૧૦	૪.૦૦	૦.૮૦

ઉપરનું દૂધ આપવાની રીત.

સૌથી સંપૂર્ણ રીતે બાળકને બનાવટી દૂધપર રાખવાની ફરજ પડે તો જે નિયમોથી માતાનું ધાવણ આપયે છીએ તેજ નિયમોપર વધારે લક્ષ આપવું. બાળકને દૂધ આપવું તો તેની હાજત, ઉધરભાવ અને પાચનક્રિયાની શક્તિના પ્રમાણમાં આપવું. માતાનાં ધાવણમાં જે તત્ત્વો છે તે સર્વે ઘણાખરાં ગાયના દૂધમાં હોય છે, પણ તે દરેક તત્ત્વનું પ્રમાણ વાછરડાને ઉછેરવાને માટે હોવાથી બાળકને આ દૂધ ભારી પડે છે. પણ જો અરધો શેર ગાયનું દૂધ લઇ તેમાં તેટલુંજ બીજું પાણી ભેળયે અને પછી એક ચમચો ખાંડ અને દોઢ

ચમચો તાજાં દૂધની મલાઈ (Cream) નાખીએ તો માતાના દૂધના પ્રમાણમાં ગાયના દૂધનાં તત્વો બને છે. બન્નેમાં તત્વો એક-સરખાં છે તોપણ તે કદી માતાના દૂધની ગરજ સારી શકશે નહિ.

ગાયનું દૂધ માતાના દૂધની જગ્યા કાં નહિ રાખી શકે ?

માતાનું દૂધ.	ગાયનું દૂધ.
૧. "લેક્ટ આલબુમીન" વાળું પાચનકારક તત્વ વધારે હોય છે.	"કેઝીન" નામનું તત્વ પાચન કરવામાં જે ભારી છે તે વધુ હોય છે.
૨. દૂધ ગરમ કરવું પડતું નથી.	દૂધ ગરમ કર્યાથી ઉપલું તત્વ હજમ કરવામાં વધારે ભારી થાય છે.
૩. દૂધ પેટમાં ગયા પછી દૂધનાં ઝીણાં અને નરમ ઝડફાં બંધાય છે.	કઠણ, ભારી અને પાચન કરવામાં મુશ્કેલ થઈ પડે એવાં ઝડફાં બંધાય છે.
૪. માગે ત્યારે હાજર છે, મૂફત કુદરતી બક્ષેશ છે.	બનાવવાની તકલીફ પડે છે અને તેની કીંમત પડે છે.
૫. જીવજંતુઓથી તદન નિરાળું છે.	હાનીકારક જીવજંતુઓ હોય છે.
૬. બાળકનાં મનપર ધાવણથી સારી અસર થાય છે અને તેનો ઉધરભાવ જલદી વધે છે. તેટલાજ માટે ગામડામાં બાળકને ધવડાવા માટે બકરી અને ગાયને પાળે છે.	શીશીમાં દૂધ પીધાથી બાળકના મનપર ધાવણની ઉમદા અસર થતી નથી. જોડ બાળકમાં એક બાળકને ધવાડે અને બીજાને તેજ દૂધ બાહેર કાઢીને આપે તો બેઉના ઉધરભાવમાં ફરક પડે છે. (ચિત્ર ૫૯ મું)

માતાનું પહેલું દૂધ.

(Colostrum.)

માતાને પહેલા બે ત્રણ દિવસ સાધારણ દૂધને બદલે ઘાડું દૂધ નીકળે છે, જેને 'ચીક'નું દૂધ કહે છે. આ દૂધ 'પૅપટોનાઇઝડ' દૂધની માફક પહેલેથી પાચનક્રિયામાંથી પસાર કીધેલું હોવાથી બાળકની હોજરીને હજમ કરવાની તકલીફ પડતી નથી. આ ઉપરથી આપણે સમજી શકીશું કે માતાનું દૂધ બાળકને ભારી નહિં પડે તેટલા માટે પરમકૃપાળુ ઇશ્વરે આવા પાચનવાળા દૂધની નવાજેશ કીધી છે. બાળકને ઉપરના દૂધ ઉપર રાખવું હોય તો થોડા દિવસ તેને ગાયનું દૂધ "પૅપટોનાઇઝ" કરીને આપવું અને પાંચ છ અઠવાડયાં પછી તેને સાદું દૂધ આપવું. ગરીબ લોકના બચ્ચાને "ઍલનબરી નંબર ૧" આપવું.

જ્ઞાનરજજુ અને ભેજાંને માટે "લૅશીથીન" નામના તત્વની જરૂર છે. તે તત્વ ગાયના દૂધમાં પુરતા જથામાં નહિ હોયાથી મોટા બાળકને 'ઇંડાંની દાળ' દૂધમાં આપવી. તેમાં આ તત્ત્વ મળે છે.

દૂધ કાચું આપશો કે ગરમ કરીને આપશો?

દૂધ ગરમ કર્યાથી હજારો હાનીકારક જીવજંતુઓનો નાશ થાય છે, પણ દૂધ ગરમ કીધાથી તે પચાવવામાં ભારી થાય છે અને બીજું "વીટામીન" નામનું ઉપયોગી તત્વ કાચાં દૂધમાં હોય છે તે ગરમ દૂધમાંથી નીકળી જાય છે.

દૂધને ગરમ કેમ કરશો?

દૂધને જો ગરમ કરવું હોય તો સારી રીત એ છે કે દૂધના

એક નાનાં વાસણને બીજાં મોટાં વાસણમાં ઉતારવું અને તેની અંદર પાણી રાખવું અને જ્યારે આ પાણી ઉકલશે ત્યારે તેની ગરમીથી અંદરના વાસણનું દૂધ ગરમ થશે.

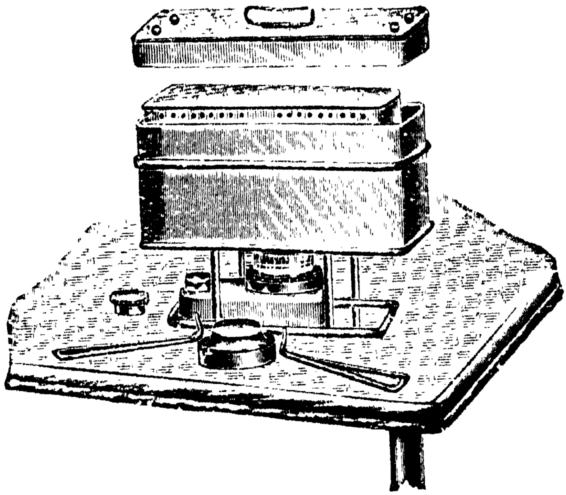
દૂધ ગરમ કરવા વેલાતી વાસણો તૈયાર આવે છે જેને "સ્તરીલાઇઝરસ" (Sterilisers) કહે છે. (ચીત્ર ૩૭ મું) તે વાપરવાને માટે ભલામણ થઈ શકે. તે ઘણુંકરી ત્રાંબાના પત્રાંનો ગોળ દાબડો હોય છે જેની અંદર રહી શકે એવું એક "મરીદાણી" ની માફક ચોકઠું હોય છે જેની અંદર આઠથી દસ કાચની બાટલી રહી શકે છે. કાચની બાટલીમાં દૂધ ભરી તેને રૂનો દાટો મારી તે ચોકઠામાં મૂકવું. પછી દાબડામાં પાણી નાંખી તે દાબડાને ગરમ કરવો. જ્યારે અંદરના પાણીની ગરમી ૧૫૬ ડીગ્રી ફે૦ જેટલી થાય કે પછી તેને પા કલાક ગરમ થવા દેવું. આ રીતે તૈયાર થયલું દૂધ આખો દિવસ રહેશે.

દર વખતે જ્યારે દૂધનો ખપ પડે ત્યારે એક બાટલીનું દૂધ વાપરવું.

દૂધની બાટલી.

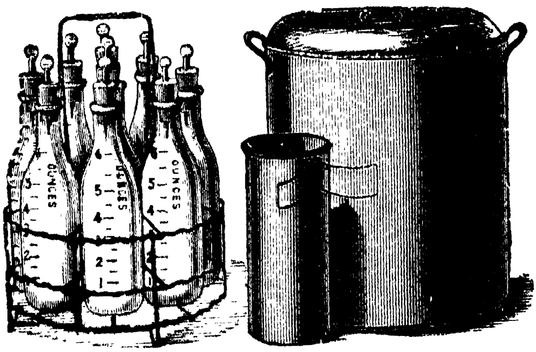
દૂધની બાટલી જુદી જુદી જાતની આવે છે, પણ જે બાટલી હોડીના આકારની (Boat-shaped) અને જેના બેઉ છેડા ખુલ્લા હોય તે જલદીથી સાફ થાય છે અને તેમાં દૂધ ભરાઈ રહી શકતું નથી. તે સારી હોય છે. એલનબરી, મૅલીનસ, અને ગ્લૅક્ષોની બાટલી વાપરવી સારી છે. હાલમાં કેટલીક બાટલી નીકળી છે જેનો આકાર માતાનાં ધાવણની માફક ગોળ હોય છે.

રબરની બોટણીમાં ઝીણું તેમ એકદમ મોટું છીદ્ર ન જોઇએ. ઝીણાં છીદ્રથી બાળકને ખેંચવાને માટે ઘણું જોર કરવું



(ચીત્ર ૩૬ મું.)

દાયણના હથીયાર સાફ કરવા માટેનું વાસણ.



(ચીત્ર ૩૭ મું.)

બાળકને માટે દુધ ગરમ કર-

વાનું વાસણ.

Milk Sterilizer.



(ચીત્ર ૩૮ મું.)

રાતના બાળક માટે દુધ ગરમ

રાખવાનો ચુલો.

(Food Warmer.)

પડે છે અને તે જલદીથી હાંફી જાય છે. મેાટાં છીદ્રમાંથી હવા દમમાં જાય છે અને બાળકના હેાઠના સ્નાયુઓને કસરત મળતી નથી. બાળકને દૂધ પીવા માટે દસ મિનિટ પૂરતી છે.

બાટલીને સાફ કરવાની રીત.

બાટલીને ગરમ પાણીમાં સાફ કરવી. સાફ કરવા માટે " સેાડા બાઇ કારબ " અથવા " એસીડ બૅારીક " નેા ઉપયેાગ કરવેા. પછી ચેાખ્ખા પાણીએ ધેાઇ નાંખવી. કાળા રબરની બેાટણી વાપરવી. દૂધ આપ્યા પછી દરવેળા બેાટણી કાઢી તેને ઉલટી કરી " એસીડ બૅારીક "ના પાણી વડે સાફ કરવી.

દૂધનેા સ્તેનડર્ડ કેમ પારખશેા ?

વેચતા દૂધમાં સર્વ તત્વ હેાવાં જોઈએ. ઇગ્લંડમાં ત્રણ ટકા કરતાં ઓછી ચરબીવાળું દૂધ વેચવાનેા હુકમ નથી કારણકે તે દૂધમાં પાણી ઘણું હેાય છે અને ચરબીવાળેા મલાઈનેા ભાગ કાઢી લે છે. અમેરીકામાં સરટીફીકેટ સાથે દૂધ વેચાય છે અને એક ટીપાં દૂધમાં જો દસ હજાર કરતાં વધારે જીવજંતુ ન હેાય તેા તેને 'મીલ્ક' (High grado milk) એટલે સાથી સરસ દૂધ કહે છે.

દૂધની ડેરી.

દૂધ દહેાવાનું તથા વેચવાનું કામ કરનારાએા હેાંશયાર અને સમજુ હેાવા જોઇએ. પેાતે જાતે સુઘડ, સાફ અને દરરેાજ નહાનારા હેાવા જોઇએ. તેઓના હાથ તથા નખ વારંવાર તપાસવાં. ખહી અને ઉડતા રેાગવાળાંને દૂધ દેાહવવાના કામમાં રેાકવા નહિ.

દૂધ દેાહવવાની આગમચ પેાતાના હાથ સાફ કરવા અને

સ્વચ્છ સફેદ કપડાં પહેરવાં જોઇએ. હાથ સાફ કરવાની આગમચ બેસવાનું સ્ટુલ પોતાના શરિરને બાંધી રાખવું કે હાથ સાફ કર્યા પછી તેને હાથ લગાડવો પડે નહિ.

ગાય, ભેંસના ધાવણુની બોટણી પહેલાં સાફ કરવી અને આસપાસના વાળ ટુંકા કાપી રાખવા.

પ્રથમ નીકળતા થોડા દૂધની ધાર બહાર કાઢી નાખવી કે જેથી કરી બોટણીની ઉપરના જીવજંતુઓ નીકળી જશે. દૂધ ઝીલવાનું વાસણ તદન સાફ કીધેલું હોવું જોઇએ.

કેટલીકવાર દૂધ દોહનાર પોતાના હાથપર થુંક નાંખી ને તે ચીકણા હાથે દૂધ દોહવે છે. આ રીત બહુ ખરાબ અને કમકમાટ ઉપજાવનારી છે. એમ કરવાની કાંઈ જરૂર નથી, અને આવી ખોટી, ફુવડ, અણઘડ રીતથી ધાવણની ચાંમડી ઓખવાય છે અને હજારો જીવજંતુઓ દૂધમાં જાય છે. દૂધને ઠંડુ પાડી સાફ "સ્તરીલાઇઝડ" વાસણમાં ભરવું અને સીલ કરવું અને જ્યારે તે દૂધ ઘરે આવે ત્યારે તેને સ્વચ્છ વાસણમાં લેવું અને બંધ રાખીને વાપરવું. બાળકને ઉપરના દૂધ ઉપર રાખ્યાથી પાચનક્રીયાની જે જૂદી જૂદી પીડાકારી થાય છે તેનું મૂખ્ય કારણ આ જીવજંતુઓ છે. માતાનું દૂધ કોઇ પણ જીવજંતુઓથી તદન નિરાળું છે.

પેટંટ ફુડ અને તેની બનાવટ.

"કનડેનસ્ડ મીલ્ક" (Condensed milk)

"કનડેનસ્ડ મીલ્ક" બે જાતનાં આવે છે. મીઠાશ વગરનું "કનડેનસ્ડ મીલ્ક" માત્ર ગાયનું દૂધ છે, જેમાંથી પાણીનો ભાગ

કાઢી લીધેલો હોય છે અને તે દૂધની અંદર ત્રણગણું પાણી નાંખતાં તે સાધારણ દૂધની ગરજ સારશે.

મીઠાશવાળા "કનડેનસ્ડ મીલ્ક"માં ખાંડનો ભાગ ઘણોજ હોય છે અને તેને દૂધની માફક બનાવવું હોય તો પાણી વધુ નાંખવુ પડે છે અને તેથી ચીકાશવાળો ભાગ ઘણો કમતી થાય છે અને ઉપલા દૂધની માફક ઉપયોગી તત્વ રહેતાં નથી.

(Nestle's Condensed Milk.)

કેટલાકો સાધારણ દૂધને બદલે "નેસ્લસ કન્ડેન્સ્ડ મીલ્ક" નો ઉપયોગ કરે છે.

૨. દૂધનો ભુકો (Dried Milk.)

ઘણા " પેટંટ ફુડ" બજારમાં વેચાય છે જેમાં દૂધનો માવો બનાવી, સુકવી અને ડબામાં ભરવામાં આવે છે. આ દૂધના પાઉડરમાં તાજા દૂધનાં સર્વ તત્વો હોય છે પણ ચરબીવાળો ચીકાશનો ભાગ જરા કમતી રહે છે. દૂધ પીધા પછી જે ગડફાં બંધાય છે તે તાજા દૂધના કરતાં નરમ હોય છે. તેની અંદર હાનીકારક જીવજંતુ હોતાં નથી. ગરીબ લોકોમાં સોજું દૂધ ગરમીના દિવસમાં મળી શકતું ન હોય તો એનો ઉપયોગ કરવો ફાયદાકારક છે.

" ગ્લેક્ષો" (Glaxo) નામના પેટંટ ફુડમાં દૂધનો ભુકો હોય છે અને તેનો ઉપયોગ ગાયનું દૂધ નહિ મળી શકતું હોય ત્યાં કરવામાં આવે છે.

૩. " મૉલ્ટ સુગર "(Malt Sugar)

મૉલ્ટ નામની ખાંડ સાધારણ ખાંડ કરતાં વધુ પાચનકારક હોય છે અને તે વધારે આપી શકાય છે, કારણકે તેથી

ઝાડો, અતિસાર, અને હોજરીમાં કોહવાટ થતો નથી. તાજા દૂધમાં પણ સાધારણ ખાંડને બદલે એનો ઉપયોગ થઇ શકે છે. સાધારણ ખાંડ કરતાં તે કીંમતમાં મોંઘી છે.

"મૅલીનસ ફુડ" (Mellin's Food) ની બનાવટમાં "મૉલ્ટ સુગર" આવે છે.

૪ દૂધનો ભુકો અને મૉલ્ટ સુગરનું મીશ્રણ.

"ઍલન અને હૅનબરી" અને "હૉરલીકસ મોલ્ટેડ મીલ્ક"માં દૂધનો ભુકો અને ઉપલી ખાંડ નાંખેલી હોય છે.

ખમીરવાળો ખોરાક.

"ઍનજર્સ અને સાવરી" અને "મુર્સ ફુડ" માં એક જાતનું એવું ખમીર હોય છે કે જે "સ્તાર્ચ" નામના ભારી તત્વને ખાંડમાં ફેરવી નાંખે છે; કારણકે બાળકને દાંત નીકળે તેની આગમચ તે "સ્તાર્ચ" નામનું તત્વ હજમ થઈ શકતું નથી. "રીડજીસ ફુડ" અને "નીવઝ ફુડ" માં સ્તાર્ચ ને ડેક્ષત્રીન નામની ખાંડમાં ફેરવી નાખે છે કે જે તત્વ "સ્તાર્ચ" કરતાં વધુ પાચનકારક છે. સ્તાર્ચવાળો ખોરાક છ મહિનાની અંદરના બાળકને નહિ આપવો.

પ્રકરણ ૧૭ મું.

બાળકનો ઉધરભાવ દેખાડનારો સુચક પત્ર.

Mile-stones in children.

પહેલે અઠવાડીએ	બાળક સાંભળી શકતું નથી, પણ હોઠ અને જીભની લાગણી (senses) પહેલેથી હોય છે. દુ:ખ દરદની લાગણી મંદ હોય છે.
છઠે અઠવાડીએ	ચળકતી ચીજપર બાળકની નજર દોડે છે.
બીજે મહિને	તે સાંભળી શકે છે.
ત્રીજે ,,	માથું સીધું ધડપર રાખે છે.
સાતમે ,,	પહેલો દાંત આવે છે, અને ટટાર બેસે છે.
આઠમે ,,	મોંઢાવડે કોઇ પણ જાતના અવાજ કરે છે.
નવમે ,,	બેસતાં શીખે છે.
દસમે ,,	ઊભું રહે છે.
અગીઆરમે ,,	ફસરયાં મારે છે.
બારમે ,,	ચાલતાં શીખે છે, છ દાંત આવેલા હોય છે.
પંદરમે ,,	એકલું ચાલતાં આવડે છે.
અઢારમે ,,	બોલતાં શીખે છે, અને બાર દાંત આવેલા હોય છે.
બીજે વરસે	બોલે છે અને ચાલે છે, અને ૧૬ દાંત આવેલા હોય છે.
અઢી વરસે	૨૦ દાંત આવેલા હોય છે.

બાળકનો ઉધરભાવ અને જન્મ વખતની નોંધ બતાવનારૂં રજીસ્ટર.

બાળકનું નામ...
જન્મનો દીવસ...................જન્મનો વખત.........................
માતાનું નામ...
બાપનું નામ...
તબીબનું નામ ....
નર્સનું નામ...
જન્મ વખતનું વજન...................રતલ...............
પેહેલે મહિનેનું વજન...................રતલ...............
બાળકનો ખોરાક...
માતાનું ધાવણ...................મહિના આપ્યું હતું.........
પેટંટ પુડનું નામ...
ધાવણ છોડંવ્યું...................મહીને...............
શીતળા કયારે :મૂકાવ્યા...
બાળક પહેલું ઉભું કયારે રહ્યું...
પહેલું બોલ્યું કયારે ?...
પહેલો દાંત કયે મહિને આવ્યો...
બીજા દાંતો આવવાનો વખત...
....
....
....
દાંત આવ્યા ત્યારે હેરાન થયું હતું કે ?...................
....

દાંતમાં કાંઇ ખોડખાપણ છે કે ?..............................

....

બાળકમાં દેખાતી ખોડખાપણો..............................

બાળકની સાધારણ તંદુરસ્તી કેવી હતી..............................

....

જાણવાજોગ અકસ્માતો..............................

....

....

....

....

....

....

....

....

બાળકના ઉધરભાવનું કોષ્ટક.

	વજન.		લંબાઇ.		છાતીની પહોળાઇ.
	પૌંડ.	ઔંસ.	ફીટ.	ઇંચ.	ઇંચ.
પહેલે દહાડે.					
પહેલે અઠવાડીએ					
પહેલે મહિને.					
પહેલે વરસે.					
....	....	....	....	....	....

પ્રકરણ ૧૮ મું.

બાળકોનાં સાધારણ દરદો.

Simple Ailments of Infants.

દાંત આવવા વિષે.

દાંત ફુટવાનું કામ કુદરતી છે. કેટલાંક બાળકોને દાંત પુટે છે ત્યારે સહેજ અડચણ તથા બેચેની સિવાય બીજું કાંઇ થતું નથી, તેમજ વળી કેટલાંક બાળકોમાં દાંત ફુટવાનો વખત બચ્ચાની જીંદગીમાં ભારી તથા ભયભરેલો ગણાય છે.

દાંત ફુટવાની વખતે કેટલીક નિશાનીઓ અને ફેરફાર બાળકમાં જોવામાં આવે છેઃ—આ વેળા કેટલાંક બાળકને તાવ, ઝાડા, ઉલટી, આંચકી અથવા ઉપલ્યું થઇ આવે છે. પ્રથમ દૂધીઆ દાંત સાતમે મહિને આવે છે, જયારે જાથુકના દાંત સાતમે વરસે આવે છે. આ વેળા બાળકનો સ્વભાવ ચીડીઓ થાય છે અને તે જરા બેચેન માલુમ પડે છે. તેના શરિરમાં સ્હેજ તાવ આવે છે અને તાવમાં રાતના જરા વધારો થાય છે. બાળક બરોબર ઊંઘતું નથી અને કેટલીકવાર ઉંઘમાંથી ચોંકી ઉઠેછે અને આખો દિવસ રડયા કરેછે. હમેશનો સાધારણ ખોરાક તેને પચતો નથી. કોઇવાર બધારે ઝાડો થાય છે; અને જો ઝાડાની કબજીયાત થાય તો ઉપલ્યું થઇ આવે છે. આ વખતે બાળકને શરદીથી ઘણું સંભાળવું, કારણકે તેને શરદી લાગુ પડે તો ખાંસી અને સસણીની પીડાકારી થાય છે. બાળકનું મ્હોં ખોલી જોઇશું તો પારા સુજેલા તથા ગરમ લાગશે અને કોઇવાર મ્હોમાંથી લબ ગળતી દીસે છે. દાંત બે વખત ફુટે છેઃ પહેલાં, બચપણમાં જે દાંત આવે છે તેને દૂધી-

આ **દાંત** કહે છે. તેની સંખ્યા વીસની હોય છે. દૂધીઆ દાંત પડી જઇ બીજા નવા દાંત આવે છે તેને **જાથુકના દાંત** કહે છે. જાથુકના દાંત એક વખત પડી જાય તો તે ઠેકાણે બીજો ફુટતો નથી. દરેક દાંતનો જે ભાગ બહાર જોવામાં આવે છે તેને દાંતનું મથાળું (Crown) કહે છે અને બીજો ભાગ જે જડબાના હાડકાંમાં સજડ બેઠેલો હોયછે અને જે પારાથી ઢંકાયલો છે તેને દાંતનું મૂળ (Root) કહે છે.

જોકે જન્મતી વખતે બાળકનાં મ્હોમાં દાંત હોતા નથી તોપણ તેની જડ તેના જડબામાં પહેલેથી બંધાયલી હોય છે. જન્મ પછી બાળક છ સાત મહિનાનું થાય છે તે વખતે તેના મ્હોંમાં દાંત ફુટવા માંડે છે. તેમજ વળી કોઇવાર બચ્ચું દોઢ બે વરસનું થાય તોપણ દાંત ફુટતા નથી. એવા દાખલા નોંધાયલા છે કે જેમાં બાળકના મ્હોમાં જન્મ દિવસથીજ દાંત માલુમ પડયા હતા. દાંતબધા એકસરખા હોતા નથી. કોઇ અણીવાળો હોય છે. તો કોઇ ધારવાળો તો વળી કોઇ બુઠ્ઠો સપાટીવાળો હોય છે **કાપનારા દાંત** પહેલા આવે છે, અને તે કાપવા અથવા ફાડવાના કામમાં આવે છે તેની બાજુએ એકેક જરા વધારે લાંબો અણીવાળો દાંત હોય છેજેને **કૂતર્યો દાંત** કહે છે. તેમની દરેક બાજુએ બે **ખુણ્યા દાંત** હોય છે. આ દાંત બાળકના દૂધીઆ દાંતમાં હોતા નથી તે દાઢને મળતા છે. તેમને મથાળે બે અણીદાર ખુણા હોય છે. મૂળ કોઇવાર એક તો કોઇવાર બે હોય છે. **દાઢને** લીધે ખોરાક ચવાઇને નરમ લોચા જેવો થઇ જાય છે. પહેલી દાઢ મોટી અને છેલ્લી નાની હોય છે. મૂળ એકથી ત્રણ હોય છે.

દાંત ફુટવાનો વખત નીચે પ્રમાણે છેઃ

દૂધીઆ દાંત.	મહીને
વચલા કાપનારા દાંત	૬—૮
બાજુના કાપનારા દાંત	૮—૧૦
આગલી દાઢ	૧૨–૧૪
ત ર્યા દાંત	૧૪–૨૦
પાછલી દાઢ	૨૦–૨૮
જાથુકના દાંત.	**વરસે**
પહેલી દાઢ	૫—૭
વચલા કાપનારા દાંત	૬—૮
બાજુના કાપનારા દાંત	૭—૯
આગલા ખુણ્યાવાળા દાંત	૮—૧૦
ર્યા દાંત	૧૧–૧૨
બીજી દાઢ	૧૨–૧૪
ત્રીજી દાઢ	૧૭–૨૫

દૂધીઆ દાંત બે અઢી વરસમાં આવે છે અને પાંચ છ વરસે તે પડવા માંડે છે, ત્યારે જાથુકના દાંત આવવાની શુરૂઆત થાય છે. છેલ્લી દાઢના ફુટવાને ડહાપણની દાઢ કહે છે, કારણ કે તે અઢાર અને પચીસ વરસની અંદર આવે છે.

દાંત આવવાની મૂદતમાં બાળકની કરવી જોઇતી માવજત.

દાંત ફુટવાના ચિન્હો જેવાં માલમ પડે કે તરતજ બાળકના ખોરાકમાં જરા ઘટાડો તથા ફેરફાર કરવો. ધવાડનારીએ પોતાની તંદુરસ્તી ઉપર વધુ ધ્યાન આપવું. તેણીએ હલકો

ખોરાક ખાવો, બાળકને દર વખત થોડું ધવડાવવું, બાળકનાં શરિર ઉપર ગરમ કપડાં રાખવાં અને ઠંડી અને પવન સામે રક્ષણ આપવું. પવન લાગશે તો ખાંસી, સસણી અને ફેફસાનાં દરદ થઇ આવશે. જો દાંતના પારા સુજી આવે અને દરદ કરે તો તે ઉપર આંગળી વડે "ગ્લીસરીન" અથવા મધ ધીમેથી ઘસવું. મધ અને દીકામલી પારાપર ઘસવાથી પણ બાળકને આરામ લાગે છે. કેટલીકવાર પારામાં નસતર માર્યાથી દરદ કમી થાયછે અને દાંત જલદી ફુટે છે. જો ઝાડાની કબજીઆત હોય તો "કૅલોમલ" ગ્રેન એક અને "સોડા બાઈકારબ" ગ્રેન ત્રણ છ મહિનાના બાળકને રાતના સુતી વખતે દૂધ અથવા સાકરના શીરામાં આપવું. આ સિવાય ઝાડો, ઉલટી, ઉપલ્યું થાય તો તેનો તુરત ઇલાજ કરવો. કેટલાંક માબાપો બાળકનાં દાંત ચીરાવવાની વીરૂધ હોયછે. પારા ચીર્યાથી દાંત કાંઇ પણ અટકાવ વગર ઘણી સ્હેલાઇથી ફૂટી નીકળે છે અને બાળકની વેદના નરમ પડે છે. દૂધીઆ દાંત ફૂટી રહ્યા કે તેની એક મોટી આફત ટળે છે. તે દસબાર વરસનું થાય છે ત્યાં સુધી એ દાંત તેને કામ લાગે છે. દાંતની સંભાળ માતાએ લેવી જોઇએ અને તેમ કરવાને બાળકને પહેલેથી શીખવવું. દાંત માણસના મ્હોની મોટી શોભા છે અને તે ખોરાક ચાવવામાં ઉપયોગી થઇ પડે છે. કેટલાંક બાળકોના દાંત બહાર નીકળી આવે છે અને કેટલાંકના વાંકાચુંકા હોય છે. એ માટે બાળકની માતા જવાબદાર છે, કારણકે શુરૂઆતમાંજ કોઇ કુશળ તબીબ પાસ તેને સુધારવાની તજવીઝ કરવી જોઇતી હતી. કોઇવાર દૂધીઆ દાંત એક બે ઓછા કે એક બે વધુ હોય છે. આ વધા-

રાના દાંતોને જગ્યા નહિ મળ્યાથી વાંકાચુંકા આગળ અથવા પાછળ ઉગી નીકળે છે અને બાળકનું મોંઢું કદરૂપું બનાવે છે. એવા દાંતને પહેલેથી પાડી નખાવ્યાથી બેડોળપણું થતું અટકે છે.

ઉપલ્યું.

(Convulsions)

આંચકી—જેને સાધારણ રીતે ઉપલ્યું કહે છે, તે બાળકોમાં સામાન્ય રોગ તરીકે જોવામાં આવે છે. તે નાના બાળકોને ઘણીવાર થઈ આવે છે અને જેમ તેઓ મોટાં થતાં જાય છે તેમ તેઓને એ ભયભરેલો રોગ થવાની ધાસ્તી નીકળી જાય છે.

ઉપલ્યું થવાનાં કારણો.

૧. કોઇવાર તુરતના જન્મેલા બાળકને પણ એક જાતની આંચકી થઇ આવે છે. જ્યારે **પ્રસવ વખતે** બાળકને અવતરતાં વાર લાગે ત્યારે તેના **માથા ઉપર દબાણ થવાથી** બે ત્રણ દિવસ સુધી ધીમી આંચકી વારંવાર થાય છે અને કાંઈ પણ ઉપાય વગર પોતાની મેળે નરમ પડી જાય છે.

૨. મગજનાં દરદો તથા વાઈ.

૩. ઘણા તથા જલદી નહિ પચી શકે એવા ખોરાકથી.

૪. કબજીઆત.

૫. પેટમાં દુખાવો થવો (" કૉલીક. ")

૬. દાંતનું ફુટવું.

૭. પેટમાં જીવડા (કરમ).

૮. મોટા આદમીને કોઇ બિમારીની શુરૂઆતમાં લખલખું (Rigors) ભરાઇ આવે છે તેમ બાળકમાં કોઇ બિમારીની શરૂઆત, જેવી કે ઉધરસ, ઝેરી તાવ, ગોવરૂં, શિતળા વિગેરેમાં આંચકી આવે છે.

૯. નબળાં માબાપનાં નાતવાન, બેડોળ શરિરવાળાં અને હાડકાંનાં દરદવાળાં બાળકોમાં તે વિશેષ થાય છે.

ઉપલ્યું થયું છે તે કેમ જાણુશો ?

આ દરદ શરૂ થાય છે તેની આગમચ કેટલીક નીશાનીઓ અને લક્ષણો આપણુને જણાય છે. બાળક રડયા કરે છે અને તેનો હાથ માથા તરફ વળેલો હોય છે, ઉંઘમાં ડોળા અરધા ઉઘાડા રહે છે અને દાંત કકડાવે છે. ત્યારપછી એકાએક તે બીહીને ઉઠે છે અને બેશુદ્ધ થઈ જાય છે. તેનો આંખનો ડોળો મુએલાં માણુસની પેઠે સ્થિર અને ફરી ગયલો હોય છે, જેને "ડોળો ફરી ગયો" કહે છે. કોઇવાર આંખ બાડી જણાય છે, બાળક કાંસે છે અને તેનો શ્વાસોશ્વાસ બરાબર ચાલતો નથી. હાથનાં આંગળાંની મુઠી વાળી દે છે અને તેના હાથપગ અને ધડના સ્નાયુઓ ખેંચાય છે અને આખું શરિર કઠણુ લાકડા જેવું થઈ જાય છે, માથું ગરદનપર પાછળ નાંખી દે છે અને તેનું મ્હેાં મરડાઇને બદશીકલ તથા કેટલીકવાર કાળું ઠણુક થઇ જાય છે. આવી તાણુ થોડી મિનિટ આવી પાછી નરમ પડી જાય છે અને ત્યારપછી બાળક ઉંઘમાં પડી જાય છે.

ઉપલ્યાંની માવજત.

બાળકને જ્યારે આંચકી આવે છે ત્યારે તુરત ઉપાય કરવાને બદલે ધાંધલ કરી મૂકવામાં આવે છે અથવા તો અણુસમજુ સ્રીઓ આંચકી આવી એટલે બાળકની આશા છોડી દે છે અને ચાંપતા ઉપાય લેતી નથી, માટે આવી વેળા બહુ ધીરજ રાખી આંચકીનું કારણુ શોધી કાઢવું અને પછી યોગ્ય ઉપાય કરવો. માથું ગરમ હોય તો તેપર કોલનવૉટર અને પાણી ભેળીને અથવા ખાલી પાણી મૂકવું. પછી તરતજ તબીબને

તેડાવવેા અને તે આવે તેટલીવારમાં બાળકને એક ટબમાં સ્હેજ ગરમ પાણી નાંખી તેને છાતી સૂધી બેસાડવું. માથા ઉપર ઠંડા પાણીમાં ભીંજવેલું એક કપડું અથવા વાદળી મુકવી. તે દિવસે ગરમ પાણી તૈયાર રાખવું કે પાછું ઉપલ્યું થાય તેા તેને બેસાડી દેવા કામ લાગે. કેટલાકેા માથા ઉપર કેાલનવૉટરના પાણીના ઠંડા ભીજવેલા કટકા મૂકે છે, અને મ્હેાં ઉપર ઠંડા પાણીના ફટકા ધીરે રહીને મારે છે.

ગરમ પાણી તુરત મળી શકતું ન હેાય તેા મગજ ઉપર ઠંડા પાણીનાં પેાતાં કે થેાડું બરફ મૂકવું અને શરિરપર જરા શેક કરવેા. બાળકને ગરમ પાણીમાં બેસાડયું હેાય તેા પાંચથી દસ મિનિટ અંદર રાખવું. પછી જલદીથી કપડાં વડે શરિર લુછી કેારૂં ગરમ કપડું એાઢાડી સુવાડવું અને તેને ખુલ્લી હવા મળે તેટલા વાસ્તે બારી બારણાં ખેાલ્લાં મૂકવાં, પણ એને બદલે બાળકને પવન થઇ આવશે એવું ધારી અજ્ઞાન સ્ત્રીએા તેને બંધ એારડામાં ઢાંકી રાખે છે અને નાના એારડામાં વીસ પચીસ સ્ત્રીએા એકઠી થઇ બાળકને ઉલટેા શેક કરે છે, તેથી બાળકની અકળામણ વધે છે અને બાળક નહિ મરતું હેાય તે આવા અજ્ઞાનપણા અને મૂર્ખાઇને લીધે મરણ પામે છે.

ઝાડેા સાફ નહિ આવતેા હેાય તેા બાળકને “ ગ્લીસરીન ” ની પીચકારી મારવી અથવા તેા સાબુ તથા પાણી અથવા એરંડયાની “ ઍનીમા ” આપવી. જો વારંવાર ઉપલ્યું થઇ આવતું હેાય તેા તેનું કારણ શેાધી કાઢી તેનેા તરત ઉપાય કરવેા. હલકેા ખેારાક આપવેા અને ઝાડેા હમેશા ખેાલાસાથી આવે તેમ કરવું. દાંત આવતા હેાય તેા તેના ઉપાય કરવા. એકદમ નાતવાન બાળકને ગરમ પાણીમાં ઘણીવાર બેસાડવું નહિ.

સાધારણ પ્રકારની આંચકીમાં સારવાર કર્યાથી બાળક બચી જાય છે, પણ કેટલીકવાર બાળક બેશુદ્ધ હાલતમાંથી હુશ્યાર થતું નથી અને ઘણી તાણુતોડ કરીને પોતાનો પ્રાણ છોડે છે.

શિતળા.

(Small-pox.)

આ ઉડતા રોગને આપણા લોકો **સહીઅડ** અથવા "**માતા આવવી**" કહે છે. એ રોગ દુનીઆના સર્વ લોકોમાં જોવામાં આવે છે. શરૂઆતમાં તાવ આવે છે, પછી શિતળા શરિર ઉપર ફુટી નીકળે છે અને પછી તે કરમાઇ જાય છે. પહેલા બે દિવસ તાવ આવે છે અને જ્યારે ત્રીજે દિવસે દાણા દેખાવા માંડે છે ત્યારે તાવ નરમ પડે છે. એના દાણા સર્વ ભાગપર દીસે છે. કેટલીક-વાર આંખમાં અથવા મોઢામાં પણ જોવામાં આવે છે. હમેલદાર સ્ત્રીને શિતળા આવે છે ત્યારે તેણીનું બચ્ચું મરી જાય છે અને ગર્ભપાત થાય છે. શરૂઆતમાં દાણા ઝીણા અને કઠણ હોય છે. ત્રીજે દિવસે મોતીનો દાણો હોય એમ દીસે છે અ-ને તેની અંદર પાણી ભરાયલું હોય છે, ત્યાર પછી બે દિવસ રહીને આ મોતીનો દાણો પરૂથી બંધાઇ જાય છે અને નાની ફુલ્લી હોય એમ દીસે છે. આ વખતે પાછો તાવ આવે છે. ત્યારપછી દાણા કરમાવા માંડે છે અને ચાર પાંચ દિવસ પછી ભીંગડું વળી ખરી પડે છે. કેટલીકવાર સહીઅડના ડાઘ રહી ગયાથી ચહેરો કદરૂપો થાય છે અને અંધાપો આવે છે. જો શિતળા ઘણાં જોરમાં આવે તો બાળક મરી જાય છે અથવા જન્મ સુધી બહેરૂં, આંધળું અથવા લંગડું થઇ જાય છે.

શિતળા સામે રક્ષણ કેમ કરશો ?

આ ઉડતો રોગ છે અને જે માણસ તેની પાસે જાય છે તેને તેનો ચેપ વળગે છે. આ વખતે આપણા લોકો કાંઇ દવા કરતા નથી. દરદીને સારી સ્વચ્છ જગ્યામાં રાખવો. હવાની અવરજવર ઠીક હોવી જોઇએ. સારવાર કરનાર સિવાય કોઇએ દરદી આગળ જવું નહિ. હલકો જુલાબ અને સારો ખોરાક આપવો. શિતળા નીકળ્યા પછી દરદીના શરીરમાં ઘણી આગ બળે છે તેટલામાટે ઠંડા પદાર્થો જેવા કે સાકરની રાબડી, લીબુનું શરબત વગેરે આપવાં. ચાંદાં પડે નહિ તેટલામાટે કેટલીકવાર ' કારબોલીક ઓઇલ ' લગાડવામાં આવે છે.

શિતળાના ભયંકર અને દુઃખદાયક રોગમાંથી બચવા માટે આપણે ગૌશીતળા કઢાવ્યે છીએ. જેને 'સહીઅડ' મૂકાવવો (Vaccination)**કરી કહે છે.** બાળક જન્મયા પછી અમુક મુદતમાં તેને સહીઅડ મેલાવવાની ફરજ કાયદા મારફતે માબાપ ઉપર મેલવામાં આવી છે અને તેમ નહિ કરનારને કાયદા પ્રમાણે શીક્ષા કરવામાં આવે છે. નામદાર સરકારની કાળજીથી દર વરસે લાખો બાળકોને શિતળા મેલવામાં આવે છે. બાળકોને શીળી મૂકાવવાનો લાયક વખત બીજા અને છઠ્ઠા મહિનાની અંદરનો છે. જો શિતળાનો રોગ ચાલતો હોય તો એક મહિનાની અંદરના બાળકને પણ સહીઅડ કઢાવવા વધારે લાભકારક છે. શિતળા મૂકાવ્યા પછી બરોબર દાણા નીકળવાજ જોઇએ. સાતમે વરસે બીજી વખત મૂકાવવા જોઇએ. શીળી મૂકાવેલા હાથને દસ દીવસ સાફ રાખવો. તેપર કાંઇ ધૂળ કે રજકણ પડે નહિ તેની સંભાળ રાખવી, કેમકે

નહિ તો શીળી પાકી આવશે. કેટલીકવાર શીળી મુકાવેલા હાથપર રૂની ગાદી (Vaccination shield) મુકવામાં આવે છે. (ચીત્ર ૬૫ મું) છોકરીઓમાં કેટલીકવાર અંગ્રેજ લોકો હાથને બદલે પગપર યા જાંગપર સહીઅડ મૂકાવે છે.

ગૌશિતળાની તવારીખ.

માણસ ઊપર જ્યારે કાંઇપણ દુઃખ આવી પડે છે ત્યારે તેનો ઉપાય શોધી કાઢવાની તેને જરૂર પડે છે અને તેની અંદર વારેઘડીએ ફતેહ મળે છે. શિતળા જેવા પલીત તથા જાલમ રોગનું જોર કમી કરવાને વિદ્વાનોએ ભારી મહેનત કીધી હતી. તે વેળા એક પનોતું બાળક જોલીમાં હીંચ ખાતું હતું. એ પનોતું બાળક તે વખણાયલો ડાક્તર જૅનર હતો. જનરે શોધી કાઢયું કે ગાયનાં થાન ઉપર એક જાતના સહીઅડ થાય છે અને તેનો ચીક દૂધ દોહનારના અંગને લાગે છે તો પછી તેની ઉપર સાધારણ સહીઅડની અસર થતી નથી. એ વખતે તેની શોધને ઘણાકોએ હસી કાઢી. પણ આખરે તેઓએ પોતાની ભૂલ જોઇ અને કબુલ કીધું કે એ શોધથી મનુષ્યજાત ઉપર મોટો ઉપકાર થયો છે. ૧૮૦૭ માં પારલામેન્ટે ડાકટર જેનરને તેની ઉમદા શોધ માટે એક લાખ રૂપ્યાનું ઇનામ આપ્યું અને પાછળથી બીજા બે લાખ રૂપ્યા બક્ષિસ દાખલ આપ્યા.

ગૌશિતળા મૂકવાથી બાળકને ઈજા થતી નથી અને તે મૂકવાનું કામ એટલું સહેલું અને હલકું છે કે કોઇ પણ સાધારણ માણસ સ્હેલથી મૂકી શકે છે. યૂરોપ અને હીંદુસ્થાનનાં મોટા શહેરોમાં વાછરડાનાં ચેપની રસી સહીઅડ કાઢવા માટે વપરાય છે પણ કેટલીકવાર તેજ રસીને કાચની નાની શીશીમાં ગ્લીસરીન સાથે મેળવીને રાખવામાં આવે છે અને જરૂર પડતાં

તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેમ વળી કેટલીકવાર તંદુરસ્ત બાળકના સહીઅડમાંથી ચેપ લઇ બીજા બાળકને શીળી મૂકે છે. આ બે રીતો માટે માતાઓ વારંવાર વાંધો ઉઠાવે છે. માતાએ જે જોવાનું છે તે એ કે તંદુરસ્તીના તમામ સવાલની તપાસનું કામ તબીબનું છે અને તેટલામાટે તેના જ્ઞાન અને હુશ્યારીપર પૂરતો ભરૂસો રાખવો.

બાળકના હાથપર મૂકાવેલા સહીઅડની તપાસ.

પહેલે દિવસે—ચેપ દાખલ કીધા પછી લોહીમાં ભળી જાય છે.

બીજે અને ત્રીજે દીવસે-તે જગા જરા સુજી તથા રાતી થઇ આવે છે.

પાંચમે દહાડે-રાઇના જેવા ઝીણા દાણા ત્યાં માલમ પડે છે.

છઠે દહાડે-તે દાણામાં ખાડો માલમ પડે છે.

આઠમે દહાડે-દાણો વધીને મોતીના દાણા જેવડો થાય છે અને આસપાસની જગા લાલ થાય છે અને તાવ આવે છે.

દસમે દહાડે-દાણા વધે છે.

અગીઆરમે દહાડે-દાણા ફુટે છે અને રતાશ નરમ પડે છે.

એકવીસમે દહાડે-દાણાપરનો બંધાયલો પોપડો ખરી જાય છે અને ઝીણું ચાંદું યા ખાડો રહે છે.

બાળકને સહીઅડ કયારે નહિ મુકાવવા ?

૧. બાળક આજારી હોય.

૨. તેને દાંત ફુટતા હોય.

૩. તાવ અથવા ઝાડો થયલો હોય.

૪. જોરાવર દરદ લાગુ પડયું હોય.

બાળકની સહીઅડ મૂકાવવાની મૂદત થઇ ગઇ હોય તો તબીબ પાસે શિતળા મૂકાવવાની મૂદતમાં વધારો કરવાનો 'ફોર્મ' ભરાવી મોકલવાથી બે મહિના સૂધી બાળકને કાયદાની રૂયે સહીઅડ મૂકાવવાની ફરજમાંથી મૂકત કરે છે.

સહીઅડને લગતી બેહુદી વહેમી રસમો.

સહીઅડનો રોગ સારો થયા પછી બાળકનું આંગ સાફ કરવાને આપણી સ્ત્રીઓ રવીવારનો દહાડો ઠેરવે છે.

એને '**સહીઅડ નહવાડવા**' કરીને કહે છે. ત્યારપછી ખમણના લાડવા અને ધાણીથી વધાવે છે અને કેટલીકો ચુલાની દીવાળ ઉપર ચોક્કસ આકારો પાડે છે અને કેટલીક અજ્ઞાન અને અપટ સ્ત્રીઓ, મરઘાં બકરાં કપાવે છે અને તરેહવાર માનતાઓ ચહડાવે છે અને છોકરાને લઇ જઇ પુંજા કરાવે છે. કેટલીક શાણી તથા સુધરેલી સ્ત્રીઓ પોતાની બીજી અજ્ઞાન બેહેનોની અક્કલનો આવો ચીતાર વાંચીને કદાચ કમકમશે. એવી વહેમી રસમોથી કોમની હીનપસ્તી થાય છે. આવી ઓરતો ખુદાની નજરમાં ગુનેહગાર ઠરે છે.

ગોવરૂં

(Measles.)

ગોવરૂં સહીઅડથી જૂદું છે તોપણ કેટલીક બાબતમાં તે ઘણું મળતું છે, જેમકે બન્નેમાં તાવ આવે છે, બદનપર છાંટ પુટી નીકળે છે, બેથી પાંચ વરસના બાળકોને તે વધુ લાગુ પડે છે અને બન્ને ઉડતા ચેપી રોગો છે.

ગોવરૂં પણ શિતળાની માફક ગરમ ઋતુમાં થાય છે.

લક્ષણો:–બાળકને સળેખમ થાય છે, નાક અને આંખ-માંથી પાણી પડે છે, છીંકો ઘણી આવે છે, સુકી ખાંસી અને ધીમો તાવ જણાવા માંડે છે અને કોઇકવાર નાના બાળકને ઉપલ્યું થઇ આવે છે. તાવ આવ્યા પછી ચોથે દિવસે ગરમીના દિવસમાં નીકળતી લાલ અળાઇની માફક કપાળ તથા મ્હોંડા-પર અને ધીમે ધીમે આખા શરિરપર દાણા દીસવા માંડે છે. મ્હોડું લાલ થઇ અવે છે, દાણા દેખાયાપછી તાવ ચાલુ રહે છે અને સાતમે દિવસે બધા દાણા નીકળી જાય છે ત્યારે તેની સાથ તાવ નરમ પડે છે.

ઉપાયઃ–એના અટકાવ સારૂ કાંઇ દવા નથી. દરદીને ઠંડી સરદીવાળી જગ્યાપર રાખવો નહિ અને શરિરપર પવન આવવા દેવો નહિ. ખોરાક હલકો આપવો. દૂધમાં ગોળ નાંખીને તેનું મિશ્રણ પાવું તથા કાળી દરાખને ધાણાના પાણીમાં મેળવી તે પાણી આપવું. આપણા લોકો ગોવરૂં આવ્યા પછી દવા કરતાં નથી, પણ જો બાળકને સસણી, ખાંસી, ઝાડાનું જોર, અથવા ઉપદ્યું થાય તો તેનો તુરત યોગ્ય ઉપાય કરવો. એમ કરવામાં કાંઇ ખોટું નથી.

કોઇવાર એવું બને છે કે કોઇ દરદના જોરથી અથવા બાળકને ઘણી ઠંડી લાગ્યાથી ગોવરાંની છાંટ બાહેર નીકળેલી પાછી બેસી જાય છે અને તેથી બાળક ઘણું અકળાય છે. એવી વેળા માતા ગભરાય છે અને પાછી છાંટ બાહેર નીકળે એવી મતલબથી તરેહવાર ગરમ ચીજો ખાવા આપે છે તેથી બાળ-કને અતીઘણું નુકસાન થાય છે. આવી વેળા પોતે કાંઇ પણ ઉપાય કરવાને બદલે તબીબની સલાહ લેવી.

બચપણમાં થતા ઉડતા રેાગેા.

રેાગેાનાં નામ	કેટલા દિવસમાં ચિન્હેા જણાય છે.	હુમલેા લાવવાની રીત.	ચિન્હેા અને લક્ષણેાના પ્રકાર	બાળકને નીશાળે જતાં કેટલા દીવસ અટકાવશેા
ગેાવરૂ	૧૪ દીવસમાં	હવા, કફ અને દમ માર્ફતે	સલખમ, તાવ મચ્છરના દંખ જેવા રાતા દાધા, મેાંઢાપર પેટપર	૧૬ દિવસ
સહીઅડ	૧૨થી૧૪ ,,	હવામાં ભીંગડાં ઉડયાથી, કપડા અને દમ માર્ફતે	તાવ, ગુલાબી રંગની ફેાલ્લી, પરૂ બંધાઇ વગેરે.	૧૮ ,,
ગાળપચેારીયા (Mumps)	૧૪થી૧૮ ,,	અડકવાથી	ગળાપર, મ્હેાંપર સેાજો, તાવ	૨૪ ,,
હડખીની ખાંસી (Whooping cough)	૪થી૧૪ ,,	દમ અને કપડાં માર્ફતે	ઉધરસ, શરદી છીંક	૬ અઠવાડયાં.
ટાઇફૅાઇડ	૧૪થી૨૧ ,,	દૂધ, પાણી, ખેારાક, ઝાડેા, પિશાબ, ઝાંખ વગેરે માર્ફતે.	ચાલુ તાવ, વટાણાના એાસામણના જેવા ઝાડા, મગજનું ગુમ થઇ જવું વગેરે.	૪ થી ૫ અઠવાડયાં.
આંખ આવવી		વાપરેલેા ટુવાલ, યેાનીમાંથી નીકળતેા પ્રવાહી, વગેરે માર્ફતે.	આંખમાં પરૂ થવું, દુખારેા, આંખ લાલ થવી.	

કબજીઆત.

(Constipation.)

નાનાં બાળકોને રોજ બે ત્રણવાર ઝાડા આવે છે ત્યારે મોટાં બાળકોને દિવસમાં એકવાર ઝાડો થાય છે. ઝાડો બાળકને આવતો નથી તો તેને હરકત થાય છે અને તાવ તથા આંચકી આવે છે, પેટમાં દુઃખારો થયાથી રડયા કરે છે, પેટ ચઢી આવી પેટમાં ચુંક આવે છે તો ચીસ પાડીને રડયા કરે છે, બાળક સુસ્ત બને છે અને ઝાડાની વખતે કરાંઝયા કરે છે, ઝાડાના મળો કઠણ લીંડા સરખા ગાંઠથી બંધાયલા હોય તો આંતરડાંને હરકત કરે છે.

ઝાડો લાવવાની દવા.

જો ઝાડો કબજ હોય તો બચ્ચું જે ખોરાક લેતું હોય તેમાં ઘટતો ફેરફાર કરવો. પછી બાળકને ખુલ્લી હવામાં કસરત મળતી હોય તો પેટ લાવવાની દવાની જરૂર પડશે નહિં. હાથવડે પેટ ચોળ્યાથી કેટલાંક બાળકોને ઝાડો થાય છે. બાળકના પેટની ઉપર જરા ગરમ એરંડયું ચોપડી તેની ઉપર માંડવાનું પાન મૂકવું, જેથી તેને એક બે ઝાડા થશે. જો પેટમાં ગાંઠ બંધાયલા હોય તો એરંડયાંની આંગળી સફરામાં લગાડવી અથવા " ગ્લીસરીન સપોઝીતરી " મૂકવી, નહિં તો પછી ગ્લીસરીન અથવા સાબુ અને પાણીની "એનીમા" મારવી. કોઇ બાળકને જો દહાડામાં એક બે પેટ નહિ આવે તો તે આકુળવ્યાકુળ થઇ જાય છે. તેમજ બીજાને બે દહાડે ઝાડો થાય છે તોપણ તે તંદુરસ્ત રહે છે, તેટલામાટે જુલાબ આપવાની આગમચ બાળકને હમેશા ઝાડો આવવાની ચાલપર

ધ્યાન આપવું. જો બચ્ચાનો કોઠો હમેશ કબજ રહે તો તેવા બાળકને ચાલુ જુલાબ આપ્યાથી તેને ઘણો ગેરફાયદો થાય છે. બાળકને દિવસમાં એક ચોક્કસ વખતે સહવારના પોહરમાં અ-થવા નાસ્તો કીધા પછી ઝાડે જવાની ટેવ રાખતાં શીખવવું. પહેલા થોડા દિવસ તેને ઝાડો નહિ થશે પણ પછી આંતરડાંને એવી ટેવ પડશે કે તેજ વખતે તેને ઝાડાની હાજત થશે. આ ટેવથી તેને મોટપણમાં ઘણું સુખ થશે. તરતના જન્મેલા બા-ળકને એરંડયું આપવું પડે તો તેને અરધી ચમચી સોજું વેલાતી એરંડયું આપવું. ગામઠી બાળવાનું એરંડયું આપવું નહિ. "ઍલનબરીનું કૅસ્તર ઓઇલ" વાસ વગરનું તથા સાફ આવે છે. પણ બાળક જેમ મોટું થતું જાય છે, તેમ એરંડયું પીતાં ઘણી બોંહોંસ કરે છે. એરંડયાંથી ઝાડો આવે છે પણ બીજે દિવસે કબજીયાત થાય છે, તેટલા વાસ્તે એરંડયું અને "ઓલીવ ઓઇલ" સરખે ભાગે આપવું. જો ગરમ દૂધની અંદર એરંડયું આપ્યું હોય તો તેનો વાસ તથા સ્વાદ મૂદલ માલુમ પડતો નથી. બીજી રીત એ કે સોજનું એરંડયું, એક ઇંડાની દાળ, પૅપરમીંટ અથવા વરીઆળીનું પાણી અને થોડી ખાંડ નાંખી બધાને મેળવી બચ્ચાંને આપ્યું હોય તો તે ખુ-શીથી પી જશે.

મૅના (Manna) એ ચીજ પણ બચ્ચાંને માટે સારો તથા હલકો જુલાબ છે. નાના બાળકને ગરમ દૂધ તથા વરી-આલીના પાણીમાં આપવી. છ મહિનાના બાળકને બેથી ત્રણ ડ્રામ આપવી. વીલાયતી મીઠું તથા સોનામખી નાનાં બાળ-કને આપવી યોગ્ય નથી. મોટા બાળકને આપવાને હરકત નથી.

" કૅલોમલ " અને "સોડા બાઇ કારબન" મેળવીને ઘટતાં દર-દપર અને ઘટતાં પ્રમાણમાં આપ્યાથી બાળકને જુલાબ થઇ ફાયદો કરે છે. "કૅલોમલ" વજન કર્યા વગર અને ડાકટરની સલાહ વગર કદીપણ આપવું નહિ.

હાલમાં એરંડયાંને બદલે વેચાતું મીન જે " લીકવીડ પૅરાફીન " ને નામે ઓળખાય છે, તે જુલાબ તરીકે આપવામાં આવે છે. આ " લીકવીડ પેરાફીન " જૂદી જૂદી જાતનું આવે છે પણ " લીકવીડપેટ્રોલેટમ " જે પાણી જેવું, રંગ અને વાસ વગરનું તેલ આવે છે તેની એક ચમચી નાનાં બાળકને ચટાડયાથી બાળકને દુઃખારા વગર એક બે સાફ ઝાડા લાવે છે. કેટલીકવાર બાળકને દીવસમાં બે ત્રણવાર પુકકું અથવા ગરમ કીધેલું ઠંડુ પાણી પાવાથી તેની કબજીઆત નીકળી જાય છે.

અતિસાર (Diarrhœa).

ઝાડાનું દરદ બાળકોમાં સાધારણ છે. ખાનપાનની ભૂલથી, અથવા દાંત આવતા હોય તે વખતે, ખરાબ દૂધ, અજીરણ, ૠતુનો ફેરફાર અને ખરાબ હવામાં ઝાડા ઘણા થાય છે. ઝાડા સાથે પેટમાં અમળાટ થાય છે અને બાળક રડે છે. થોડો તાવ આવે છે અને ફીણવાળો અને વાસવાળો ઝાડો થાય છે. પાછળથી લીલા પાતળા ઝાડા થાય છે.

અતિસારનો ઇલાજ.

બાળકને ઝાડા શા કારણે આવે છે તેની ચોકાસી કરવી અને તેનું કારણ શોધી કાઢયા વગર ઝાડા બંધ કરવાની તજવીજ કરવી નહિ. બાળકને દાંત આવેછે તે વેળા હમેશના

કરતાં વધારે ઝાડા થાય છે; એથી કેટલીકવાર નુકસાનને બદલે ફાયદો થાય છે. એવી વેળા ઝાડા એકદમ બંધ કરે તો બાળકને તાવ તથા ઉપલ્યું થઇ આવે છે. ઝાડા આવતા હોય તે વેળા બાળકને ઘણી સંભાળથી રાખવું. પેટ અને છાતી ઉપર ગરમ કપડાં રાખવાં. સરદી અને ઠંડીથી ખૂબ સંભાળવું, નહિ તો સસણી થઇ આવશે.

શરૂઆતમાં પેટમાંથી કચરો કાઢી નાખવા નબળો એરંડયાંનો જુલાબ આપવો, બાળકને હમેશ કરતાં થોડો ખોરાક આપવો. આ બિમારી ઘણુંકરીને ઉપરના દૂધપર રહેતાં બાળકોમાં વિશેષ જોવામાં આવે છે. દૂધ તાજું મેળવવા અને બાટલીની સ્વચ્છતા ઉપર પૂરતું ધ્યાન આપવું. આવી વખતે દૂધમાં વધારે સાદું પાણી અથવા "લાઇમ વૉટર" નાંખીને આપવું. તે છતાં જો ઝાડા બંધ નહિ પડે તો જરાપણ દૂધ આપવું નહિ, પણ તેને બદલે ઇંડાંની સફેદીમાંથી બનાવેલું "આલબ્યુમીન વૉટર" પાવું. કેટલાક આરારૂટની પાતળી કાંજી બનાવીને પાય છે. જો ઝાડો ચાલુ રહે તો બાળક ઝડપથી પાટળું થાય છે, ચહેરો ફરી જાય છે, ચામડી ફીક્કી ને હાથ પગ ઠંડા થાય છે. કેટલીકવાર આ બિમારી જીવલેણ નીપજે છે. આવી વેળા બાળકને "બારલી વાટર" પાવું, અથવા જો બાળક મોટું હોય તો ગોસનો રસ (Meat juice) આપવો અને ઉમરના પ્રમાણમાં દર બે કલાકે બ્રૅન્ડીનાં પાંચથી પંદર ટીપાં પાવાં અને તેને ટકાવી રાખવું. પેટ ઉપર સૂંઠ અને અજમાની ભૂકીને ગરમ રમમાં ભીજવીને લગાડવી અને પેહેડું ઉપર ફલૅનલનો પાટો બાંધવો, અને બને તો અળસીની પોલટીસ

પેટ ઉપર મૂકવી. હાથપગ ઠંડા પડે તેા ગરમ બાટલીનેા શેક કરવેા. પેટ બંધ કરવા તબીબના હુકમ વગર કદીબી અફીણુ-વાળી દવા આપવી નહિ.

અતિસાર સામે રક્ષણુ કેમ કરશેા ?

ઉનાળામાં થતા અતિસારપર તુરતાતુરત લક્ષ આપવાની જરૂર છે, કેમકે તેનું પરિણુામ ઘણું ભયંકર આવે છે. માતાઓ નીચેની સુચના પ્રમાણે અમલ કરશે તેા આ રેાગથી થતાં મરણુમાંથી પેાતાનાં બાળકેાને બચાવી શકશે. માતાનાં દૂધપર ધાવતાં બાળકના કરતાં ઉપરના દૂધપર ઉછેરવામાં આવતા બાળકમાં આ રેાગ સાધારણુ છે તેટલા માટે દરેક માતાએ પેાતાના બાળકને નવ દસ મહિના સૂધી હમેશા ધવડાવીને ઉછેરવું. ઉનાળામાં બાળકનું ધાવણું છેાડવવું નહિ. બાળકને નિયમસર ધવડાવવું. બાળકને ધવડાવ્યા અને ખવડાવ્યા પછી તેનું મ્હેાં અંદરથી સાફ કરવું અને માતાએ ધાવણુની બેાટણી ધવડાવ્યા પેહેલાં અને તે પછી તુરત સાફ પાણીએ ધેાવી.

શીશીથી ઉછેરવામાં આવતાં બાળકેામાં ખરાબ દૂધ, મેલી શીશી, ગરમીની મેાસમમાં જલદી ખાટું થઇ જતું દૂધ, ધળ, કચરેા અને દૂધપર માખીના ચાલુ બેસી રહ્યાથી અતિસાર થવાનેા વધુ સંભવ રહે છે; તેટલા માટે ઉનાળામાં તાજું દુધ વાપરવું, દૂધ ઉકાળીને ઢાંકી રાખવું. દૂધની શીશી અને તેની રબરની બેાટણી દૂધ આપ્યા પહેલાં અને પછી ગરમ પાણી અને શીશી ધેાવાના બ્રશવડે સાફ કરવી. અતિસાર વેળા દૂધ બંધ કરી “ બારલી વૅાટર ” અથવા ઉકાળીને ઠંડું પાડેલું સાદું પાણી આપવું.

મરડો.

(Dysentery.)

ઝાડામાં લોહી અને પરૂ પડે તેને મરડો કહે છે. એમાં બાળક કરાંઝી કરાંઝીને દર દસ મિનીટે ઝાડે જાયછે. તેને સાફ ઝાડો આવતો નથી. કોઇ હોંશીઆર તબીબ પાસ તુરત આવા બાળકને લઇ જવું. એક જાતના મરડાને માટે હાલમાં "એમેટીન" નામની દવાનો સુઇયો મૂકે છે. આ સુઇયાથી ઘણાં બાળકને ફાયદો થાય છે, પણ સુઇયો મૂકાવવા કેટલીક માતાઓ બીહે છે.

ઉલટી.

(Vomitting)

બાળકને વારંવાર ધાવણ આપ્યાથી અથવા ઉપરનું દુધ તેની શક્તિ ઉપરાંત ચાલુ પીવાડયાથી આ પીડા ઉભી થાય છે, તેમજ વળી પેટના અને મગજના અનેક વિકારથી અથવા પેટમાં કરમને લીધે પણ બાળક ઉલટી કરે છે. કબજીઆત હોય તો તેનો ઇલાજ કરવો. બાળકને ધવરાવ્યા પછી તેનું માથું ઉંચું રાખીને સુવાડવું. ધાવણ કે દૂધ ટકતું ન હોય તો પાણીને બદલે દૂધમાં "લાઇમ વૉટર" નાંખવું. દર વખતે થોડું દૂધ પાવું. સહીઅડ તથા ગોવરૂં આવે છે તેની એક બે દહાડા અગાઉ બાળકને ઉલટી અને કરમ થાય છે ત્યારે અથવા માતાએ ઘણી ધારતી અથવા ગમ ખાધો હોય છે ત્યારે તેણીનું દૂધ બગડી જાય છે અને બાળકને ઓકારી થાય છે.

પેટમાં થતી ચૂંક (Colic.)

ઘણો મી ખોરાક હોજરીમાં પડયાથી બાળકનાં પેટમાં

પવન, કરમ, અને અજીરણ થાય છે અને બાળક તેથી રડયા કરે છે. બાળકને વારંવાર દૂધ આપ્યાથી જ્યારે પેટ ફુલી આવે છે અને બાળક રડે છે તે વેળા કેટલીક અણસમજુ માતાએ જેમ બાળક વધારે રડે તેમ તેને વધારે દૂધ આપે છે એવું ધારીને કે ભુખ્યું થયાથી તે રડે છે. કબજીયાતને લીધે પણ વારંવાર બાળકને ચૂંક થઇ આવે છે. આવી વખતે જુલાબ આપીને કબજીયાતનો ખુલાસો કરવો. કેટલાકો હરડેનો ઘસારો પાણીમાં મેળવીને પાય છે. સુવાના પાણી ("ડીલ વૉટર") ની એક ચમચી પેટમાં થતા પવન અને દુખારા માટે આપ્યાથી આરામ થાય છે. એક ચમચા એરંડીયું અને બે ટીપાં "સ્પીરીટ તરપેનટાઇન" સુવાના અથવા વરયાલીના પાણીમાં આપ્યાથી પેટ આવશે અને પેટનો પવન નરમ પડશે. ડુંટીની ઊપર એરંડીયું અને તપખીર દાબ્યાથી દુઃખારો કેટલીકવાર નરમ પડે છે બાળક ઘણું રડતું હોય તો પેટપર ફ્લેનલનો શેક કરવો.

આ જાતનો દુઃખારો ઉપરના દૂધપર રહેતા બાળકમાં વારંવાર જોવામાં આવે છે. આવી વેળા દૂધમાં કળી ચુનાનું પાણી નાંખીને આપવું અને વારંવાર દરરોજ સાંજે "ડીલ વૉટર" ની એક ચમચી પાવી.

પેટનું ફુલી જવું.

(Tympanitis)

કબજીયાત, ઝાડો, મરડો, અજીર્ણ, ચુંક તથા બીજી કેટલીક પેટની પીડાકારીમાં પેટમાં પવન ભરાય છે અને પેટ ચઢી આવે છે. કોઇવાર પેટ એટલું મોઢું થઇ આવે છે કે તેને

ઠોકવાથી ઢોલની માફક વાગે છે. બાળકનું પેટ સાધારણ રીતે મોટું લાગે છે અને ખસુસ કરીને નાતવાન બાળકોમાં "હાથ પગ દોરડી અને પેટ ઘાઘરડી" જેવાં લાગે છે.

ઇલાજ—આવી વેળા જે કારણથી પેટ ચઢી આવ્યું હોય તેનો ઉપાય લેવો. અજીર્ણ અને પેટમાં થતી ચુંકનો આગળ લખ્યા પ્રમાણે ઇલાજ કરવો. પેટપર રાઇ મારવી, ગરમ પાણીનો શેક કરવો, બને તો દારૂમાં હીંગ ઘસીને પેટપર લગાડવી. તરપીનતાઇન અને એરંડીયાની પીચકારી મારવી. કેટલીકવાર સાબુના પાણીમાં થોડું તરપીનતાઇન મેળવી પીચકારી માર્યાથી ઝાડો થઇ પવન હેઠો પડે છે. એરંડીયું અને તપખીર ડુંટીપર દાબ્યાથી પણ બાળકને આરામ લાગે છે. કેટલીકવાર માતાઓ બાળકના પેટપર પાટો બાંધે છે અને તેને ઊંધું સુવાને ફરમાવે છે. આથી મોટી ખરાબી થાય છે.

આંબળ.

(Prolapsus Ani)

સફરાની અંદરનો આંતરડાનો ભાગ બહાર નીકળી આવે છે તેને આંબળ કહે છે. આ પીડાકારી વિશેષ કરી નાના નાતવાન બાળકોમાં વારંવાર જોવામાં આવે છે. ઘણા ઝાડા આવતા હોય તે વેળા અથવા મરડાની વખતે બાળકને કરાંઝવું પડે છે તેથી આંબળનું દરદ થાય છે. બાળક જ્યારે ઝાડે જાય છે ત્યારે લાંબો વખત બેસી રહ્યાથી પણ આંબળ બહાર નીકળે છે. તેટલા વાસ્તે પહેલેથી બાળકને ઝાડે ઘણો વાર બેસી રહેવાની અને કરાંઝવાની ટેવ ન પાડવી.

ઝાડે જતાં આંબળ બહાર આવે છે તે ઘણું કરી પોતાની

મેળે અંદર જાય છે પણ તેમ નહીં થાય તો બહાર આવેલી આંબળને કાંઈપણ કરી અંદર મકવી નહિ તો બહારનો ભાગ સડી જશે.

પોતાની મેળે આંબળ ન ચઢે તો બાળકને સુવાડી તેની કમ્મરતળે તકીયો મૂકવો કે જેથી પીઠનો નીચલો ભાગ ઉંચો થશે. પછી બહારના ભાગપર તેલ અથવા "વૅઝેલીન" લગાડી એક રૂમાલની ગાદી બનાવી આંબળપર મૂકી હાથના બે અંગુઠાવડે સફરાની અંદર તેને દાબી દેવી અને પછી કપડાંની ગાદી મૂકી લંગોટી મારવી. બીજી રીત એ છે કે આંગળાં ઉપર ઘાનું કપડું વીંટાળી તે ઉપર "વૅઝેલીન" લગાડી તે આંગળું સફરામાં ધીમેથી મૂકવું કે આંબળ ઉપર ચઢી જશે.

આંબળ વારંવાર નીકળી પડતી હોય તો બાળકને સુતાં સુતાં ઝાડો કરવાને ફરમાવવું, પછી આંબળનું કારણ શોધી કાઢી તેનો યોગ્ય ઉપાય કરવો. જો વારંવાર આંબળ નીકળતી હોય તો તબીબ પાસે વહાડકાપ કરાવવું પડે છે, તે વેળા આંબળને અંદર બેસાડીને સફરાને ઉપરનાં આંતરડાં સાથે સીવી લે છે, જેથી આંતરડાનો છેડો નીચે ઉતરી પડતો નથી.

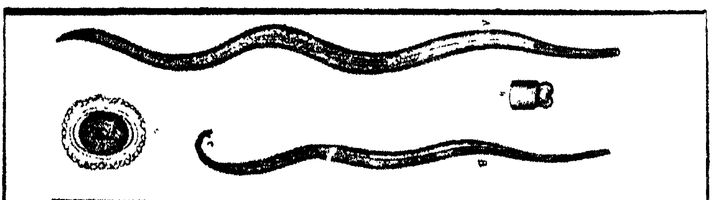
બાળકને પેશાબ કરતાં થતી મૂશ્કેલી.

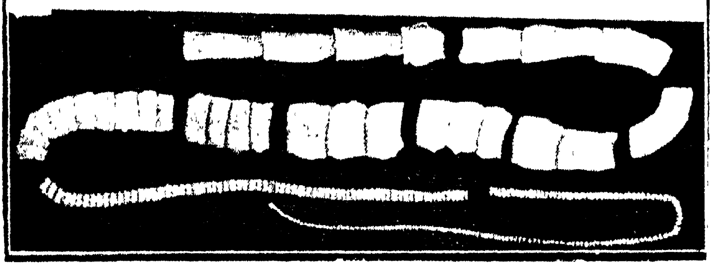
(Phimosis)

કેટલીકવાર બાળકની પેશાબ આગળની ચામડી ઉપર ચઢતી નહિ હોય અથવા બહુ લાંબી હોય અને ચામડી વચ્ચેનું છીદ્ર નાનું હોય તો બાળક પેશાબ કરતાં વારંવાર અટકી જાય છે; તે ચાલુ ખેંચાયાથી સોજો ચઢે છે અને વારંવાર તેને લીધે ઉપદ્રવ થઈ આવે છે.

(ચીત્ર ૪૭ મું.)

ગોળ કરમ (Round worm.)





(ચીત્ર ૪૮ મું.)

ચપટા કરમ. (Tape worm.)

ઇલાજ—તબિબ પાસ ચામડી કપાવવી (Circumcision). કલોરોફૉર્મ અથવા કોકેનમાં વહાડકાપ કર્યાથી બાળકને વેદના અથવા કોઇપણ જાતની અડચણ થતી નથી.

કરમ (Worms)

બાળકના પેટમાં જે કરમ પાકે છે તેની મૂખ્ય ત્રણ જાતો નીચે પ્રમાણે છેઃ—

ગોળ કરમ (Round worm)

આ કરમ દશ ઇંચ લાંબા હોય છે. તેનો રંગ સફેદ અને આકારમાં તે "કવીલ પેન" જેવા દેખાય છે. બાળકમાં તેમજ મોટા માણસમાં એક સરખી રીતે આ કરમ થાય છે. એક વેળા એક સ્ત્રીને ત્રણ દિવસમાં કરમની દવાના પડીકાં ચાલુ આપ્યાથી ત્રણસોથી વધારે ગોળ કરમ નીકળ્યા હતા. તેઓ નાના આંતરડામાં રહે છે અને ઝાડા, ઉલટી, અથવા નાક વાટે તે બહાર નીકળે છે. (ચીત્ર ૪૭ મું)

ચપટા કરમ (Tape worm)

આ કરમ બાળકોમાં સાધારણ નથી. તે પંદરથી પચીસ ફીટ લાંબા અને ચપટા હોય છે. આ કરમ આખો નીકળવો મુશ્કેલ છે. જયાં સૂધી કરમનુ માથું નીકળે નહિ ત્યાં સુધી કરમ પાછા અને પાછા થાય છે. આ કરમ આંતરડાના ઉપલા ભાગમાં રહે છે. (ચીત્ર ૪૮ મું)

દોરા જેવા કરમ (Thread worm)

કેટલીક સ્ત્રીઓ એને "સેવરી" કરી કહે છે. તે માત્ર અર્ધા ઇંચ લાંબા અને દોરા માફક પાતળા હોય છે.

કરમ થવાનાં કારણો:-બાળકનો કોઠો નબળો હોય અને ખાધેલો ખોરાક પચે નહિ તેથી તે કોહીને વાસ મારે છે અને કરમ પાકે છે.

ખોરાકમાં નીમક અથવા મસાલો ન હોય તો ખોરાક હજમ થતો નથી અને કરમ પાકવાનો સંભવ રહે છે.

ચાલુ જુલાબ અને ઘણી મીઠાશવાળા ખોરાકથી આંતરડાં ઢીલાં પડી જાય છે, અને તેથી પણ કરમ થાય છે.

બાળકને કરમ થયા હોય તે જાણવાની રીત:—

કેટલીક માતાઓ બાળકને કાંઇપણ દરદ થાય તે કરમથીજ થાય છે એમ ધારી તેને જલ્લદ જુલાબ અને દવા આપે છે; એમ કરવું ઘટારત નથી. કરમની ખાતરી વગર કદી પણ કરમની દવા આપવી નહિ. બાળકને જો કરમ હશે તો સફેદ અને પીલા રંગના ઝાડા થાય છે, બાળક ઘણું ખાય છે ત્યારે તેને પેટમાં દુખે છે, પેટ ફુલી આવે છે, તાવ તથા ઉલટી આવે છે, ઝાડાની જગા આગળ ધવડયા કરે છે. બાળક નાક ચોળે, હોઠ ટુંપે અને ઘણું પાણી પીવા માગે ત્યારે કેટલીક સ્ત્રીઓ એમજ સમજે છે કે બાળકને કરમજ થયા છે, પણ તેમાં તેઓ કેટલીકવાર ઠગાય છે. બાળકને કરમને લીધે તાણ થાય છે તો સ્ત્રીઓ એમ કહે છે કે કરમ મગજ પર ચઢી ગયો. એ શરીરની રચનાનું કેવળ અજ્ઞાનપણું બતાવે છે. પેટમાંથી મગજ સૂધી એક માર્ગ નથી.

કરમનો ઇલાજ.

ગોળ કરમને માટે "સૅનતોનીન" નામની દવા રામબાણ છે.

બાળકની ઉમર પ્રમાણે રાત્રે " સૅનતોનીન " સાકરના શીરામાં આપવું, અને સવારના એરંડીયાનો જુલાબ આપવો. એક વરસ ના બાળકને નીચલી દવાનું મિશ્રણ કરીને એક પડીકું બનાવી સાકરના શીરામાં આપ્યાથી કરમ મરી જશે અને જુલાબ થઇ ઝાડા સાથે બહાર નીકળી જશે. ' કેલોમલ ' અને ' સનતો-નીન ' સંભાળથી તોલીને આપવું. બીજી જાતના કરમની સાર-વાર શીખેલા તબીબ પાસે કરાવવી.

બાળકનું મ્હોં આવવું. (Stomatitis.)

ઉપરના દૂધ પર રહેતાં બાળકોમાં આ દરદ ઘણું કરીને જોવામાં આવે છે. એ મ્હોંની અંતરપડની ચામડીનો સોજો છે. આ વેળા મ્હોંની અંદર તેમજ જીભ, તાળવાં અને હોઠ ઉપર સફેદ ફુગની માફક ગોળ નાનાં ચાઠાં પડે છે. કોઇવાર એ ભાગો રાતા થઇ આવે છે. અજીરણ, નબળાઇ વિગેરેથી તથા ધાવણ આપ્યા પછી મ્હોં સાફ નહિ રાખ્યાથી તે થઇ આવે છે.

બાળકના મ્હોંમાં દરદ થાય છે, તે દૂધ ગળી શકતું નથી અને શીશીની કે ધાવણની બોટણી મ્હોંમાં ઘાલતુંજ નથી.

સારવાર--બાળકને દર વખતે ખવડાવ્યા પછી ગરમ પા-ણીમાં પાતળું મલમલનું કપડું બોળીને તેવડે મ્હોં સાફ કરવું. કેટલાક ગરમ પાણીમાં ટંકણ ખાર (" બોરૅક્ષ ") નાંખે છે.

પછી વાળના બ્રશથી અથવા આંગળી વડે ગલીસરીન અને ટંકણ ખાર અથવા અર્ધા ઔંસ ગલીસરીનમાં " પોટૅશી-યમ કલોરેટ " વીસ ગ્રેન મીશ્ર કરી લગાડવું. ફટકડી બ્રન

દશને મધમાં મેળવી લગાડયાથી કેટલીકવાર ફાયદો મળે છે.

ગળસૂણું (Mumps)

આ દરદ થૂંક પેદા કરનારી ગાંઠનો સોજો છે. પ્રથમ કાનની હેઠળ સોજો આવે છે અને ગાળપરનો ભાગ સુજી આવે છે. ત્યારપછી તે સોજો જડબાની નીચે ઉતરે છે, તાવ આવે છે, તે જગાપર દરદ થાય છે અને ચાવીને ખવાતું નથી. બાળકને થાક અને તાવ આવે છે અને ગળા તથા મ્હોંપર સોજો દેખાય છે. આ ઉડતો રોગ છે અને એકજ નિશાળે જતાં છોકરાંઓમાં વારંવાર તે ઉભરી નીકળે છે. બારથી પંદર દિવસમાં સોજો નરમ પડી જાય છે. આ ઉડતા રોગમાં સોજો બેઉ બાજુ આવે છે. કેટલીકવાર દાંત તથા કાનની બિમારીને લીધે જે સોજો આવેછે તે એકજ બાજુ હોય છે.

ઉપાય—બાળકને હલકો જુલાબ આપવો. દુખારા માટે ગરમ પાણીનો અથવા ખસખસના પોશનો શેક કરવો. પછી પીછીવડે “ ગલીસરીન ઑફ બૅલાડોના ” લગાડવું અને ઉપર રૂ મૂકવું. આ દવા આંખને નહિ લાગે તેની સંભાળ રાખવી.

સસણી (Bronchitis)

આ બિમારી શ્વાસની નળીઓનો સોજો છે, અને તે બાળકોને શરદી તથા પવન લાગ્યાથી થાય છે. પરસેવો પડેલો હોય તે વેળા પવન ખાધાથી, ભીનાં કપડાં પહેર્યાથી, હાથપગ વરસાદના દિવસમાં ઉઘાડા રાખ્યાથી અથવા છાતીના કોઇ દરદને લીધે પણ સસણી થાય છે. એમાં દમની અને ફેફસાંની નળીઓનો સોજો આવે છે. શરૂઆતમાં નળીઓ લાલ થઇ જાય છે. કફ પ્રથમ ફીણવાળો થાય છે અને છેલ્લાં છાતીમાં ભરાઇ રહ્યાથી હવાનો અવરજવર બંધ થાય છે.

લક્ષણો:—શરૂઆતમાં સલેખમ થઈ ધીમો તાવ આવે ત્યારે બચ્ચાંને શરદી થઇ એમ કહે છે. ત્યાર પછી ગળું આવે છે. દમ બરાબર ચાલતો નથી તથા કફ પકડે છે. આ વેળા કેટલાંક બાળકોને ઉપલ્યું થઇ આવે છે. શ્વાસ ઉતાવળો ચાલે છે અને છાતી બોલે છે વારંવાર ઉધરસ આવે છે અને બાળકથી સુવાતું નથી. બાળકથી કફ નીકળી શકતો નહિ હોવાથી તેને વધારે તકલીફ પડે છે. જીભપર થરો હોય છે, કબજીયાત થાય છે અને તાવ હવે જોરમાં આવે છે.

ઈલાજ:—એ બિમારી ભયંકર છે તેટલામાટે જેવાં શરૂઆતનાં ચિન્હો માલૂમ પડે કે તુરત તબિબની સલાહ લેવી. આવા બાળકને બિછાનામાં રાખવું, ગરમ કપડાં પહેરાવવાં, છાતીપર અળસીની પોલટીસ કરવી. મ્હોંવડે ગરમ પાણીનો બાફ આપવો. બલગમ નહિ પડતો હોય તો ઉલટીની દવા આપવી. જયારે બાળક સારૂં થ ા આવે ત્યારે તેની ઘણી સંભાળ લેવી. ઠંડી અથવા શરદીમાં જવા દેવું નહિ કેમકે તેથી દરદ પાછું ઉભરી નીકળવાનો સંભવ હોય છે. કેટલાક લોકો ઘરગતું ઉપાય તરીકે સીતાબનાં પાંદડાંનો સેક છાતી ઉપર કરે છે તથા તે બાળકને પાય છે.

સસણી ચાર પાંચ દિવસથી ત્રણ અઠવાડીયામાં સાજી થાય છે. તે સાજી નહિ થવાની હોય તો પહેલા આઠ દિવસમાં બાળક ઘણુંખરૂં મરી જાય છે. કોઇવાર સારી થયા પછી પાછી થાય છે. સસણીથી ઘણા બાળકો દર વરસે મરી જાય છે.

કુકડીયા ખાંસી. (Whooping cough)

કુકડીયા ખાંસીને આપણા લોકો મોટી ઊધરસ અથવા

હડકીની ખાંસી એ નામથી વારંવાર ઓળખે છે. આ ઉડતો રોગ છે અને તે ફક્ત બાળકોને જ થાય છે. તે બાળકના કફ તથા નાકના બલગમ મારફતે બીજાં બાળકોને ઉડે છે. શરૂઆતમાં બાળકને થોડો તાવ આવી શરદી થઇ સલેખમ અને થોડી ખાંસી માલુમ પડે છે. બાળક આખો દિવસ ફરે છે અને બીજાં બાળકો સાથ રમે છે. રમતાં રમતાં એકાએક તેને ખાંસીનું જોર થઇ આવે છે. તે પોતાની ડોક નીચી વાળીને ખોંખોં કર્યા કરે છે. તેનું મ્હેાં લાલ થઇ જાય છે. માથાપરની નસો ફુલી આવે છે અને તે બાળક મરી જતું હોય એવો બીહામણો દેખાવ થાય છે. તરતજ બીજી પળે ઉધરસ બંધ પડે છે ત્યારપછી બચ્ચું એક લાંબો દમ ખેંચે છે અને આ વેળા સીસોડી જેવો તીક્ષણ અવાજ તેની ઘાંટીમાંથી નીકળે છે. ત્યારપછી બાળક પાછું રમતું ફરતું થાય છે. દિવસમાં ત્રણ ચાર અથવા કોઇ વખત એક કલાકમાં બે ત્રણ વાર આવી ઉધરસ દેખાવ દે છે. ઘણુંકરીને રાતના એનું જોર જાસ્તી હોય છે.

આ ઉધરસ બેથી દશ વરસનાં બાળકોમાં થાય છે અને એકથી દોઢ મહિના સુધી તેનું જોર નરમ પડતું નથી. કેટલાકો થોડા દિવસ દવા કરે છે અને પછી કંટાળીને દવા મૂકી દે છે, પણ જાણવું જોઇએ કે ગોવરાં અને શીતળાની માફક આ દરદ પોતાની મૂદત સુધી ચાલુ રહીને મટી જાય છે. આ ખાંસીની દવા તબિબ પાસે લેવી અને તે લાંબો વખત ચાલુ રાખવી.

દમની નળીની પીડા.(Croup)

આ પીડાકારી બાળકને થાય છે, ત્યારે દમ લેતાં તેની

ઘાંટીમાંથી અવાજ નીકળે છે. તે બેચેન રહે છે અને ગરદન ઉંચે રાખીને દમ લે છે. આ ઘણું ભંયકર દરદ છે. આ વેળા નાડી અને શ્વાસોશ્વાસ જોરમાં ચાલે છે અને અવાજ ગળામાંથી નીકળતો નથી.

ઉપાય—ઉલટીની દવા આપવી અને હોશીયાર તબીબની સલાહ લેવી. બાહારથી ગળા ઉપર, દમની નળીને લાગે તેમ ગરમ પાણીનો શેક કરવો.

ગળાના કાકડાનો સોજો. (Tonsilitis)

નાના અથવા મોટાં છોકરાંઓને વારંવાર ગળાનો સોજો થાય છે અને તેની સાથે આવેલી બે ગાંઠો (Tonsils) સુજીને મોટી થઈ આવે છે. આ વેળા બાળકથી ખવાતું નથી અને ગળામાં દરદ કરે છે અને દમ લેતાં મૂશ્કેલી માલુમ પડે છે. જો તરત ઉપાય કરવામાં નથી આવતા તો થોડા દીવસ પછી સોજો નરમ પડી જશે પણ અંદરની ગાંઠો ("ટૉનસીલસ") મોટી રહેશે અને તેના ટેકડાથી દમ લેવાનો અને ખાવાનો રસતો પૂરાઇ જાય છે. રાત્રે બાળકનાં નસકોરાં અને છાતી બોલે છે અને કોઇ વાર બાળક બહેરૂં થાય છે. બાળક બરાબરરીતે દમ નહિ લેતું હોવાથી છાતીના આકારમાં ફેરફાર માલુમ પડે છે અને ચાલુ ઠાંસોજ થાય છે. એવી વખત વહાડકાપ કરાવીને આ ગાંઠોને કઢાવી નાંખવી અથવા દવા કે વિજળીથી બળાવી નાંખવી.

કેટલીકવાર ગાંઠ ખાલી કાપી નાંખી હોય અને કોતરી કાઢી નહિ હોય તો તે ફરી વધવાનો સંભવ રહે છે.

અસ્થિ દોષ. Rickets.

આ દરદને તબિબી ભાષામાં "રીકેટસ" કરી કહે છે. આ દરદ બાળક છ મહિના અથવા એક વરસનું થયા પછી ધીમે ધીમે જણાવા માંડે છે. ગરીબ વર્ગના લોકોમાં ખરાબ ખોરાક અને તાજી હવાની ગેરહાજરીને લીધે ઘણુંખરૂં તે જોવામાં આવે છે. આ બિમારી ઉપરના દૂધપર ઊછરતાં બાળકોમાં અને ખસુસ કરીને ભારી દૂધ, જેવું કે "કનડેનસડ મીલ્ક" પીનારાં બાળકોમાં વધારે જોવામાં આવે છે, અથવા તો બે વરસનું બચ્ચું થાય ત્યાં સુધી તેને ધવરાવ્યા કર્યાથી પણ થાય છે.

"રીકેટસ" ની બીમારી પારખવાની રીત.

ઘણુંકરીને ધાવણ છોડયા પછી આ દરદની શરૂઆત થાય છે. બાળકને ઉપરનું દૂધ માફક આવતું નથી અને તેની પાચન ક્રિયા બગડી જાય છે. ઝાડો દુર્ગંધથી ભરેલો અને લીલા રંગનો હોય છે. બાળક ચીરડાઉ અને બીકણ બને છે, તેના શરીરને હાથ લગાડતાં તે રડે છે, કારણ કે તેનાં હાડકાંમાં દરદ થાય છે. ચામડીનો રંગ ફીકકો અને રોગી જેવો લાગે છે. માથું અને પેટ પુલેલું હોય છે. મોઢું ચીમડાઇ ગયલું અને ગાળ બેસી ગયલા હોય અને દાંત ઘણા મોડા આવે છે. બાળક એક વરસનું થાય છે તોપણ અને તેને દાંત પુટવાનો સંભવ જણાતો નથી. શરીરનાં હાડકાં હાથની કોણી અને પગની પાટલી આગળથી કુલેલાં હોય છે. જો બાળક ચાલતું અથવા ફસડયાં મારતું હોય તો હાડકાંનો આકાર બેડોળ થઈ જાય છે, સીપીનું

હાડકું બહાર નીકળી આવે છે અને પાંસળીઓ પર દાણાની માફક ગાંઠો માલુમ પડે છે. જો કે આ દરદ જીવલેણ નથી તોપણ બાળકને હમેશ માટે નાતવાન બનાવે છે. તે અજીર્ણ અતિસાર, ખફી અને ઉપદ્રયાનો વારંવાર ભોગ થઇ પડે છે.

"રીકેટસ" વાળા બાળકની સારવાર.

આવા બાળકના ખોરાકમાં પહેલાં ફેરફાર કરવો. "કનડૅનસ્ડ મીલ્ક" આપવામાં આવતું હોય તો બંધ કરવું. ઘરમાં ખુલ્લી હવા આવવા દેવી. પેટ આગળ ફ્લૅનલ વીંટાળવું. બાળક ઉભું થાય કે ચાલવાની ઉમરનું થાય પણ તેના હાડકાં જ્યાંસુધી મજબૂત થાય નહિ ત્યાં સુધી તેને ચાલવા અથવા ફસડયાં મારવા દેવું નહિ, નહિંતો પગ અને હાથનાં હાડકાં વળી જશે. શરૂઆતમાં "કૅાડલીવર ઓઇલ" આપવું નહિ, કારણ કે તે પીધાથી શરીરનું વજન વધશે અને તે ભાર નાતવાન હાડકાં ઉપર પડયાથી વધુ ખોડખાપણ થશે.

ખોરાકમાં તાજું દૂધ, 'ક્રીમ' (મલાઇ), ઇંડાંની દાળ, કાચા ગોસ્તનો સેરવો (Valentine's meat juice) આપવો. બાળકને દરરોજ દરીયા કિનારે અથવા હવાના ફેરફાર માટે બહાર ગામ મોકલવું.

આવા બાળકનાં હાડકાં મજબૂત કરવા માટે 'કેમીકલ ફુડ' બાળકની ઉમર પ્રમાણે આપવો.

જુ. (Louse.)

જુ ત્રણ પ્રકારની થાય છે. એક જાતની જુ માથા ઉપર વાળમાં થાય છે. બીજી જાતની જુ કાખમાં અને ગુપ્ત ભાગો-

પર થાય છે, અને ત્રીજા પ્રકારની જુ શરીરના બીજા ભાગોપર જણાય છે. માથાની જુ નાની હોય છે. તેના નરમાદા જૂદાં હોય છે. તેની માદા મોટી હોય છે, તેનાં ઇંડાંને લીખ કહે છે. લીખમાંથી આઠ દશ દિવસમાં નાની જુ નીકળે છે અને પંદર દીવસમાં તો તે મોટી થાય છે. તેના મોઢાંને સૂંઢ હોય છે જે ભોકીને તેવડે લોહી ચૂસે છે. અસ્વચ્છ રહ્યાથી અને મેલાં કપડાં, બીજાનાં વાપરેલાં માથાના બ્રશ અથવા નીખીચાથી જુ થાય છે.

ઇલાજ--વાળને સાબુ, અરીઠા અથવા સરકાથી ધોવા અને ઝીણા નીખ્યાથી સાફ કરવા. પારાનો મલમ (ung-Hydarargyri) અથવા "કેલોમલ" નો મલમ માથે લગાડવો અથવા એક ઔંસ "સાલાડ ઓઇલ" માં બે ચમચી કારબૉલીક ઍસીડ નાંખીને બેની મેળવણી કીધા પછી માથાપર તે તેલ ચોપડવું. નીચલો ઇલાજ અજમાવવો વધુ ફાયદાકારક માલમ પડે છે. બતીમાં વપરાતું કૅરોસીન તેલ અને ઑલીવ ઓઇલ (સાલીદ) બેઉ સરખે ભાગે લઇને માથાપર લગાડવું કે જેથી જુ તથા લીખ મરી જશે. આ તેલ લગાડયા પછી બાળ છૂટા રાખવા નહિ અને બતી નજદીક જવું નહિ. ત્યારપછી ચોવીસ કલાક રહીને સાબુએ માથું ધોઈ નાખવું.

ગુમડું (Abscess)

જ્યારે ચામડીના કોઈ ભાગનો સોજો થઇને તે પાકે છે તેને ઘડ અથવા ફોલ્લો કરી કહે છે. પહેલાં તે જગાપર સોજો આવી લાલ થાય છે. તેમાં વેદના થાય છે અને કેટલી-

કવાર તાવ આવે છે. થોડા દિવસ પછી ઉપરની ચામડી નરમ થાય છે અને ફોલ્લો જે પહેલાં કઠણ હતો તે ધીમે ધીમે નરમ અને પોચો થાય છે. જ્યારે વેદના ઘણી કરે છે અને તે પોચો થાય છે ત્યારે ઘડમાં પરૂ બંધાય છે. આ પરૂ કોઈવાર પાણીજેવું પાતળું તો કોઇવાર જાડું લીલા અને પીળા રંગનું હોય છે. ઘડને ફોડીને પરૂને બહાર રસ્તો આપવો. શેક અને પોલ-ટીસથી આ રસ્તો સહેલાઇથી થાય છે. અળસી, કાંદા, લીમ-ડાના પાનની પોલટીસ કર્યાથી આરામ થાય છે. અને ઘડ ફુટે છે. કેટલાક હકીમો કાળા મલમની પટી ઉપર મોરથુથુની ભુકી અથવા તેનો મલમ લગાડે છે. સ્ત્રીના ધાવણમાં કેટલીક-વાર ઘડ થાય છે. આ વેળા તબિબની તુરત સલાહ લેવી. કાર-ણકે આ ઘડ ફુટયા પછી કેટલીક વાર થાનમાં નાસુર પડે છે.

દાંતને કોહી જતા કેમ અટકાવશો ?

૧. રાત્રે સુતી વેળા દાંત સાફ કરવા, અને પાણીવડે મ્હોડું સાફ કીધા પછી બિછાને જવું.

૨. સૂતી વેળા દાંત સાફ કીધા પછી કાંઇબી ચીજ ખાવી નહિ કેમકે તેમ કીધાથી તે ચીજ જો દાંતના ખોમાં ભ-રાઇ બેસશે તો તે કોહવા માંડશે.

૩. ખરાબ દાંતથી શરીર ખરાબ થાય છે અને છેલ્લે ચામડી પણ ખરાબ કરે છે.

૪. બરોબર ચાવીને દરેક ચીજ ખાવી.

૫. ચાવીને ખાધેલું પહેલાંથીજ અર્ધું પચી જાય છે.

૬. થોડે થોડે વખતે દાંત તબીબ પાસ તપાસાવવા અને જ્યાંસુધી દાંત દુઃખે ત્યાં સુધી થોભવું નહિ, કારણ કે

તે વખતે દાંત ઘણુાખરા કોહી ગયલા હોય છે.

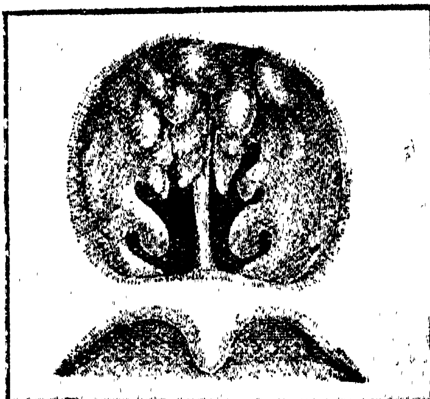
૭. હંમેશાં દાંતના બ્રશ વડે દાતણુ કરવું. દાંતના ભારી મંજનને બદલે ફ્રેંચ ચૉકનેા ભુકો પૂરતેા છે. બધાં મંજનમાં તે આવે છે. ગમે તેા તેમાં પમરાતને માટે જરા કપુર નાંખવેા. કારબૉલીક ટુથ પાઉડરથી કેટલીકવાર પારા સુજી આવી લેાહી નીકળે છે અને તેથી ઈજા થાય છે.

દાંત સડી જવાનાં કારણેાઃ--

દાંતની બનાવટમાં બહાર મજબૂત " ઇનેમલનું" પડ છે પણ અંદરથી " દેનતીન " નામનેા નાજુક પદર્થ છે જે ચેાક્કસ ખાવાની ચીજ અથવા ઘણી મીઠાઇ ખાધાથી તે દાંતની બાજુમાં રહી જતાં તે કેાહવા માંડે છે અને તેના કેાહવા સાથ દાંતની ઉપરની પેાપડી પીગળવા માંડે છે અને છેલ્લે જ્યારે અંદર સડેા પેસે છે અને આંધળું પડે છે તેા દાંત કેાહી ગયેા કરીને કહીએ છીએ. ગેાસ્ત ખાનારાં કરતા મીઠી ચીજ, પૅસ્ત્રી અને કેક બીસકીટ ખાનારાએાના દાંત જલદી કેાહી જાય છે.

કેટલીકવાર દાંત અને પારાની વચમાં પરૂ બંધાઇ જાય છે અને તે ચાલુ હેાજરીમાં ગયાથી લેાહી કમી થાય છે. તે ફીકકું મારી જાય છે, સંધીવા થાય છે અને નાતવાની આવે છે. આવા કેાહવાટથી ચાલુ તાવ આવે છે.

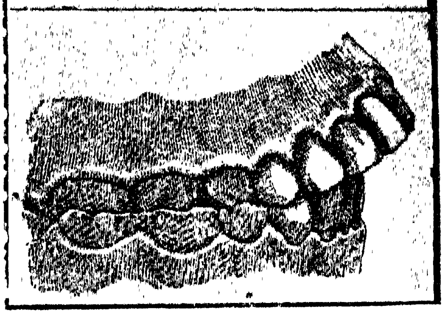
આ દરદ હાલમાં ઘણાં પ્રમાણમાં દીસે છે, જેને તબિબી ભાષામાં:" પાયેારીયા આલવીયેાલારીસ " (Pyorrhoea Alveolaris) કરી કહે છે. " ઍપેનડીસાઈતીસ " ની પેઠે આ રેાગ અજામાં વધુ ફેલાતેા જાય છે અને કેટલીકવાર તે ઘણેા વધી જાય છે. હાલમાં ઘણુંખરૂં ઉપાય તરીકે દાંત પાડી નાંખ-



(ચીત્ર ૫૨ મું.)

નાકના મસા.

(Adenoids)



(ચીત્ર ૫૩ મું.)

બાળકના મોંમાં આટણી આગળથી બહાર નીકળી આવેલા દાંત.



(ચીત્ર ૫૪ મું.)

જન્મેલા બાળકનાં મોઢાનો લકવો.



(ચીત્ર ૫૫ મું.)

બાળકના માથામાં પાણી.

(Hydrocephalus)

વામાં આવે છે.

આવી વખતે મ્હેાડું દિવસમાં દરેક વખત ખાધાની આગમચ " હાઇડ્રાજન પરઑક્ષાઇડ" પાણીમાં મેળવીને સાફ કરવું; અને " રુથીમૉલ ટુથ પેસ્ટ" અથવા સૅલેાલ અને બેારીક એસીડે દાંત સાફ કરવા. દાંતના પારામાં ક્વીલવડે આયેાડીન મૂકવું અથવા " સીલવર નાઇટ્રેટ" સંભાળથી લગાડવું. છેવટે વીજળી મારફતે પારામાં દવા મૂકાવવી, જેને " આયેાનાઇઝેશન" કહેછે અને કેટલીકવાર રસી મૂકાવ્યાથી ફાયદેા જણાય છે.

બાળકને રબરની બેાટણી (Nipple) આપશેા કે ?

૧. રબરની બેાટણી બચ્ચાના મ્હેામાં ચાલુ આપ્યાથી અથવા ચાલુ અંગુઠેા ચુસવાથી જડબું તે બાજુએથી દબાય છે અને તાળવું સંકેાચાવાથી દાંત બહાર નીકળે છે. (ચીત્ર ૫૩ મું.) નાકના અને ગળાના મસામાં પણ ઉપલું તાળવું સંકેાચાવાથી દાંત બહાર નીકળે છે.

૨. બેાટણી મ્હેામાં રાખ્યાથી ચાલુ થુંક બાળકના મ્હેામાંથી ગળ્યા કરે છે.

૩. બેાટણી જમીન પર પડે અને પાછી તે મ્હેાંમાં લે તેા બાળકનું મ્હેાં આવે છે અને તેને ઝાડેા, અતિસાર વગેરે થાય છે.

૪. બેાટણી મ્હેાંમાં રાખ્યાથી બાળક સંતેાષી બની તેની ભુખ મરી જાય છે.

૫. બેાટણી મ્હેાંમાં રાખ્યાથી બાળકને હાંફ ચઢી આવેછે.

તેટલા માટે બાળકને કદી પણ રબરની બેાટણીની નઠારી ટેવ પાડવી નહિ.

પ્રકરણ ૧૯ મું.

માંદાં બાળકની માવજત.

Nursing of Sick Children.

બાળકના ચહેરાપરથી રોગની તપાસ.

(Facial Expression).

બાળકના નાકમાં જો મસા હોય છે તો તે બાળક હંમેશા મ્હોંડું ખુલ્લું રાખે છે અને ખુલ્લું મ્હોં રાખી સુવે છે. દાબડાની માફક ચોરસ માથું 'રીકેટસ'માં મળે છે. એકદમ નાનું માથું કુદરતી બુબખોમાં હોય છે જ્યારે મોટું માથું માથામાં પાણી હોવાથી હોય છે. ભેજામાં ગાંઠ તથા સોજો હોય તો માથાની તાળકી ઉપસેલી જણાય છે. તેમ વળી રડતી વેળા, ખાંસી થતાં અને તાવની શરૂઆતમાં તાળકી થોડી ઘણી ઉપસેછે. બાળક લાંબા વખતનું બિમાર હોય, તેને ઘણા ઝાડા થતા હોય, અથવા ભયંકર બિમારી ભોગવતું હોય તેનું તાળકું હમેશ કરતાં વધારે બેસી ગયેલું હોય છે. ગુર્દા (Kidney) ના દરદ તથા હડકીની ખાંસીમાં આંખના પોપચાં સુજી આવે છે.

બાળક માંદું પડેછે તેનાં કેટલાંક નજીવાં કારણો.

૧. ગમે ત્યારે અને ગમે તેમ ધવાડવાથી અને ઉપરનું દૂધ પાયાથી.

૨. માતાને ખહી, ગુર્દા અથવા ગરમીનું દરદ હોય તો બાળક રોગી નીકળે છે.

૩. વારંવાર વગર જરૂરે ઉપરાઉપરી જુલાબ આપ્યાથી.

૪. દાંત ફુટે તેની આગમચ બાળકને બીસકીટ, પાઉં, માખણ વગેરે ચીજ આપ્યાથી.

૫. માતા દારૂ પીતી હોય અને ભારી ખોરાક ખાતી હોય તો તેણીના દૂધથી બાળકને ઉલટી વગેરે થાય છે.

૬. બાળકને જરા સરદી લાગ્યાથી સળેખમ, ખાંસી, અને સસણી થાયછે.

૭. ચામડીની પુરતી સંભાળ નહિ લીધાથી તથા નોકરોની ફુવડતા તથા બેદરકારીને લીધે હાથમાં અને માથામાં ખરજ તથા કીડ થાય છે.

૮. બજારમાં વેચાતું દૂધ, પાણી અને હજારો હાનીકારક જીવજંતુઓનું મીશ્રણ છે. તે આપ્યાથી બાળકને અતિસાર, ચુંક વગેર થાયછે.

૯. મ્હોં સાફ નહિ રાખ્યાથી મ્હોનું આવવું.

૧૦. દાંત ફુટતી વેળા કબજીયાતથી ઉપલ્યું થઇ આવેછે.

૧૧. સળેખમથી થતો કાનનો સોજો-તે ચલાવ્યાથી થતું બેહરપણ અને ગળાના કાકડાનો સોજો.

૧૨. નાકના મસા (Adenoids)નો ઇલાજ નહિ કર્યાથી બાળક મ્હોંવડે દમ લેછે, તે નબળું થાય છે, તેનો ઉધરભાવ વધતો નથી, અને ભેજું ખીલતું નથી અને સાંભળવાની શક્તિ કમતી થાય છે. [બીજા પર મુ]

માંદાં બાળકોની માવજતના સંબંધમાં ખાસ ધ્યાન આપવું જોઇએ. બાળકોમાં જોવામાં આવતી કંઇ પણ નિશાની તદન નજીવી લાગે પણ તેમાંથી કેટલીકવાર ભયંકર માંદગી નિકળી આવે છે. સબૂરી, સંભાળ. મોહબત અને નરમાશથીજ માંદાં બાળકોની માવજત કરવી. બાળકને શું દરદ થાય છે તે પારખી કાઢવું મૂશ્કેલ છે. તે કાંઇ બોલી કે બતાવી શકતું નથી. પણ કેટલાંક ચિન્હો અને લક્ષણોપરથી હોશીયાર તબીબ ઝટ બિમારી પારખી શકે છે. તપાસ વખતે બાળક રડયા કરે તો તે વખતે તેને પ્રેમથી ગોદમાં દાબીને અથવા રમાડીને શાંત કરવું. અને ત્યારપછીજ તેને તપાસવાની તજવીજ કરવી. **પારકા બાળકની સારવાર** કરતી વેળા સર્વથી પહેલું ધ્યાન રાખવું કે તેના મનમાં તમારે માટે બીક પેદા થાય નહિ.

બગડેલી હવા બાળક ઉપર જલદી અસર કરે છે, તેટલા માટે અંદરની હવા સ્વચ્છ હોવી જોઇએ પણ દુઃખદાયક વાત એ છે કે જે ઘરમાં કુમળાં બાળકો ઉછરતાં હોય તે ઘરનાં બારી બારણાં બંધ રાખવામાં આવેછે. હવાનો અવર જવર દરદ મટાડવાનો મોટો ઉપાય છે. ઘણા માણસોએ બાળકને ઘેરીને બેસવું નહિ. ચોખી હવાથી માંદા બાળકની ઝેરી હવા દૂર થાય છે. બચ્ચાંના આજારી બદનને પવનનો ઝપાટો લાગે નહિ તેવી ગોઠવણ રાખવી.

માંદા બાળકના **ઓરડામાં ઘોંઘાટ નહિ કરવો.** જો બાળકને મગજની બિમારી થઇ હોય અથવા તો ઉપલ્યાથી તે પીડાતું હોય તો તેના ઓરડાના બારી બારણાંને પડદા

સગડી અજવાળું કમી કરવું પણ હવાને આવવા દેવી અને મોટેથી તે બાળક આગળ બોલવું નહિ.

તાવવાળા બાળક આગળ સગડીની ગરમી અથવા **ધૂમાડો કરવો નહિ.** વળી તેને ઘણો વખત સૂધી ખોળામાં રાખી મૂકવું નહિ, તેને બિછાનામાં વધારે સુખ થશે, કારણકે ખોળામાં માતાની ગરમીથી વધારે અકળામણ થશે.

બાળકને **દવા સમજાવીને પાવી** અથવા તેને માતાના ખોળામાં સુવાડી, હાથ પકડી, નાક જરા દબાવીને ચમચીથી દવા પાવી. દવા આપવાની બાબતમાં તેની હઠીલાઇને દાબી દેવી. બાળકને દવા આપવા ઊંઘમાંથી ઊઠાડવું નહિ. પાકી ઊંઘ દવા કરતાં વધુ ફાયદો કરશે.

માદાં બાળકને **હલકો ખોરાક આપવો.** દર વખતે થોડું થોડું ખાવાનું આપવું. જો બાળક મોટું હોય તો ખાવાનું માગ્યા કરે છે. આવી વખતે માતા નબળા મનની હોય તો તેની માંગણીને તાબે થાય છે. માત્ર જે ખોરાક જેટલા પ્રમાણમાં આપવા લાયક ઠર્યો હોય તેજ ખોરાક તેટલાજ પ્રમાણમાં આપવો. બાળક બિમારીમાંથી ઉઠયું કે તેની હેતવંતી મા તેને જલદી જાડું બનાવી દેવાની ઉલટમાં વારંવાર ખવડાવે છે અને બજારની મીઠાઇ વગેરે ભારી વસ્તુઓ તેને ખાવા આપે છે અને જયારે તે પચતી નથી ત્યારે બાળક પાછું બિમારીથી પટકાઇ પડે છે.

બાળકને **ઝાડો પિશાબ** થાય કે તે તરત સાફ કરી ઓરડાની બહાર કાઢી નાખવાં. કેટલીકવાર બાળકના ઝાડાને ઓર-

ડાના ખુણામાં રાખી મૂકવામાં આવે છે એ ભૂલભરેલું છે.

નાના બાળકની નાડ ગણવામાં ઘણીવાર મુશ્કેલી નડે છે. એવી વખતે આપણું એક આંગળું બાળકને હથેલીમાં ર-મવા આપવું અને બીજું તેની નાડ ઉપર મૂકી તે ગણી જોવી. તેમ ન બને તો કાનની આગલી બાજુએ આંગળી મૂકી નાડ તપાસવી. દમ ગણવા હોય તો બાળકને સુવાડી તેની છાતી ઉપર હાથ મૂકી ગણવા.

બાળકોને ગંદાં રાખ્યાથી તેમની તબિયત જલદી બગડે છે. બાળકને દિવસમાં બેવાર સાફ કપડાં પહેરાવવાં. સુઘડ અને સુધરેલા લોકોના ઘરમાં પણ વારંવાર કુવડ, મેલાં અને ગંદાં બાળકો દીસે છે.

સખ્ત બિમારીમાં બાળક રડવા અથવા ચીરડાવા માંડે એ સારી નિશાની છે. બહુ બિમારી હોય તો બા-ળક ધીમેથી રડે છે અને શાંત પડી રહે છે. બચ્ચાને રમાડવા અને રીઝવવા માટે તેની આગળ રમકડાં મૂકવાં.

બાળકને કેટલા અને કેવા ઝાડા થયા, પિશાબ કરે છે કે નહિ, ઉંઘાય છે કે નહિ. તેની નાડ અને દમ કેટલો અને કેમ ચાલે છે એ સર્વ ચિન્હપર માતાએજ ધ્યાન આપવું, કારણ કે **બચ્ચાની મા તેજ બાળકની ખરી નર્સ છે.** મંદવાડમાંથી ઉઠયા પછી બની શકે તો હવા ફેરફાર કરવા બાળકને લઈ જવું. એમ કર્યાથી શરીરમાં જલદી સૂધારો થઇ શક્તિ આવે છે. તેમ નહિ બની શકે તો બાળકને ઘરના બીજા ઓરડામાં રાખવું, કારણ કે બિમારીવાળા ઓરડાથી બા-ળક કંટાળી જાય છે.

તબિબે બાળકને માટે જે સૂચના આપી હોય તે-મજ કરવું. તેમાં પોતાનું અથવા પારકાનું ડહાપણ ડોળવું નહિ. તેમ કરવાને બદલે ઘણે ઠેકાણે તબીબના ફરમાનનો અનાદર કરવામાં આવે છે. ભીનો શેક કહ્યો હોય તો સુકો શેક કરે છે. માથે બરફ મૂકવાને બદલે સુંઠ લગાડશે, ખાધા પછી પાવાની દવા ખાધા આગમચ આપશે. તબીબના ઉપાય ઉપરાંત પાડપડોશી, સગાસ્નેહી અને ઘરડી ડોશીઓના કહ્યા મુજબ તબિબની જાણ વગર બીજા ઉપાય ચાલુ કરે છે. એ કેટલી બધી મૂર્ખાઇ! બાળકને જોવા આવનારાઓ આટલી મૂર્ખાઇથી જ અટકતાં નથી. તેને ફલાણું આપો અને ઢીંકણું આપો. ફલાણા દાકતરને બોલાવો, એવી રીતે ભલામણ કરીને તેના ઘરના માણસોનું મન ડામાડોળ કરી મૂકે છે અને તેના તબિબ પરથી વિશ્વાસ કમતી કરે છે. આવા વાહીયાત વિચારોથી તબિબને કાંઇ નુકશાન થતું નથી પણ વારેઘડીએ તબિબ બદલ્યાથી અથવા કહેવાતા નીમહકીમના ઉંટ વઇદાથી બાળકનાં અકાળ મરણ વારંવાર નીપજે છે.

બચ્ચાને મજબુત કેમ બનાવશો?

બાળક શરીરે ભરાતું નહિ હોય તો શું કરશો?

કેટલીકવાર બાળક બહુ નાજુક હોય છે તો તેનું શરીર ભરાતું નથી. આવી વેળા બાળકને કસરત, ચોખ્ખી હવા અને પૂરતા ખોરાકની જરૂર છે. તેને દરીએ કિનારે રોજ ફરવા મોકલવું અને બની શકે તો થોડો વખત હવા ફેરફાર કરવા બાહેર ગામ મોકલવું. દરિયાની ખારી હવા બાળક માટે સારી છે.

ખોરાક ઉપરાંત બાળકને દિવસમાં બે વખત તેની ઉમરના પ્રમાણમાં દૂધ પાવા અથવા ભોજન ખવાડવા પછી દૂધમાં મેળવીને ' કૅાડલીવર ઓઇલ ' અથવા ' વીરોલ ' નામની દવા વારંવાર દિવસમાં બે ત્રણ વાર ચટાડવી. ' પૅનક્રીએટીક ઇમલશન ' અથવા બદામનું તેલ આખા શરીરે ચોપડવું. બાળકને નિયમિત રીતે ખોરાક આપવો અને " મૅલીનસ લૅકતો ગલાઇકોઝ " પાવું. કેટલીકવાર નબળાં બાળકોનાં હાડકાં પોચાં અને પુલેલાં રહે છે. જો તે બાળક ચાલતાં શીખે તો પગ વળી જાય છે અને બરડાપર ખુંધ નીકળે છે. આવા બાળકને ગાયના તાજા દૂધપર રાખવું. " કનડૅનસ્ડ મીલ્ક " (વેલાતી દાબડાનું દૂધ) પાવું નહિ. દૂધમાં ચુનાનું પાણી ભેળવું, જેથી હાડકાં મજબૂત થાય. શરીરપર બદામનું તેલ અથવા " પેનક્રીએટીક ઇમલશન " લગાડવું. જ્યાં સૂધી હાડકાં મજબૂત થાય નહિ ત્યાં સૂધી ચાલવા અથવા ફ્સડયાં મારવાં દેવાં નહિ. જો ખુંધ નિકળતી હોય તો તેને કઠણ બિછાનાપર સુવાડવું. બની શકે તો માત્ર પાટયાંની ઉપર ગોદડાં વગર પીઠપર સુવાડવું.

મોટું બાળક બિછાને પિશાબ કરી ઉઠે તો શું કરવું ?

ઊંઘમાં બચ્ચું પિશાબ કરી દે છે તેમાં તેનો કાંઇ અપરાધ નથી. કોઇ વાર બાળકની નબળાઇ હોય અથવા કુક્કાની બિમારીને લીધે અથવા પિશાબ આગળની ચામડી છોકરામાં લાંબી હોય અને ઉપર ચઢતી નહિ હોય તે વખતે તે બિછાના ઉપર પિશાબ કરે છે.

બાળક મોટું હોય તો પિશાબ કરવાનું કારણ શોધી કાઢી તેના ઉપાય લેવા. મોટા બચ્ચાને હંમેશાં પિશાબ કરાવીને સુવાડવું. પાછું રાતના એક બે વખત પિશાબ કરવાને ખાસ ઉઠાડવું જોઇએ. પછી પિશાબ કરે કે નહિ કરે, પણ તેવી ટેવ પાડવી, એટલે આગળ ચાલતાં બાળક પોતે પિશાબ કરવા જાગીને ઉઠશે. બચ્ચાને એક બાજુ સુવા કહેવું. પીઠની ઉપર ચાલુ સુતાથી પિશાબ કરી ઉઠવાનો સંભવ રહે છે. બાળક નબળું હોય તો તબિબ પાસે દવા અપાવવી. કેટલાકો પિશાબ નહિ કરે તે માટે દવા આપતાં બીહે છે, એવું ધારીને કે દવા આપ્યાથી પિશાબ બંધ થશે, પણ તેમ બનતું નથી. દવાથી પિશાબના કુક્કાને જોર મળે છે, આ દવામાં "બેલાડોના" નામની દવા હોવાથી બાળકનું મોઢું દવા પીધા પછી એકદમ લાલ થઇ આવે છે. એવી વખતે ગભરાઇ જવું નહિ. થોડા વખત પછી રતાશ નીકળી જશે.

બાળકને પિશાબ કરવાની ટેવ હોય તો તેના બિછાનાપર એક કાળું ચામડું અથવા "મૅકીનટૉશ" નો ટુકડો મૂકવો એટલે ગોદડું બગડશે નહિ. જો ગોદડું ખરાબ થયું હોય તો તડકે સુકવવા મૂકવું, નહિં તો તે ગંધ મારશે અને બાળકને ચામડીનો રોગ થશે તથા તેની તંદુરસ્તીને બગાડશે.

પ્રકરણ ૨૦ મું

બાળકને થતા અકસ્માત અને તેના તાત્કાળિક ઉપાય.

First Aid in Children

અકસ્માત હમેશાં બને છે. છોકરાંઓને ઘરમાં એકલાં મૂકી જવાથી તેમજ વળી કેટલીકવાર માતાપીતા અને નોકરોની હાજરી હેઠળ રમતાં બાળકને પણ અકસ્માત બને છે. ત્યારે આવી વેળાએ આપણે શું કરવું જોઇએ ? દાઝવું, સળગી ઉઠવું, ઉપલ્યું થવું, જખમ થવો, નાકની નસકોરીનું ફુટવું, કાનમાં, નાકમાં, આંખમાં, કે ગળામાં બહારની વસ્તુ અથવા કચરાનું પેસી જવું, કુતરાનું કરડવું વગેરે ઘણા અકસ્માતો હરપળે થવાના સંભવ હોય છે. તે સર્વે સ્ત્રીની સાથે ઉછરતાં બાળકોમાં હમેશ બને છે, માટે દરેક માતાની ફરજ છે કે તેણીએ તેનું થોડું ઘણું પણ જ્ઞાન મેળવવું જોઇએ, જેથી તેણી તબીબની ગેરહાજરીમાં ઘરગતુ તાત્કાળીક ઉપાય લે. જે સ્ત્રીઓને "અકસ્માત અને તેના તાત્કાળીક ઉપાય" નો ઉંડાણથી અભ્યાસ કરવો હોય તેઓએ સેંત જૉન ઍમ્બ્યુલન્સ ઍસોસીએશન તરફથી ચાલતા "ફરસ્ત એડ" ના વર્ગમાં દાખલ થવું.

જખમની સારવાર.:—જખમમાંથી લોહી બંધ કેમ કરશો ? બાળકની આંગળી કપાય અથવા કોઇ બીજા કારણે શરીરના કોઇ ભાગમાંથી લોહી નીકળે તો તે તુરત બંધ કરવા માટે જખમપર

આંગળી અથવા કપડાંની ગાદીવડે હળાણુ કરી તે ભાગપર તાણીને પાટો બાંધી રાખવો. લોહી જો થોડું નીકળતું હોય તો જખમપર ઠંડું પાણી લગાડવું અથવા બરફ મૂકવું. લોહી બંધ કીધા પછી જખમમાં જણાતી કાંઈ પણ બહારની ચીજ જેવી કે ભાગેલો કાચ, કપડાંની રજકણુ, રેતી, વગેરે હોય તે કાઢી નાંખી બહારના હાનીકારક જીવજંતુ શરિરમાં દાખલ થવા પામે નહિ તે માટે તે જખમને લાયકનો પાટો બાંધવો. ઘરમાં જો "ઍસીડબોરીક" હોય તો તે જખમપર ભભરાવી અને ઘાનું કપડું (Lint) વિંટાળી દેવું. ઘાનું કપડું ન હોય તો સાફ મલમલ અથવા ગાજનું કપડું વિંટાળી દેવું.

કોઇ પણ કારણે તે જખમને ખુલ્લો રહેવા દેવો નહિ. હાલમાં જખમની ઉપર "ટીંકચર આયોડીન" લગાડવામાં આવે છે. તેથી જખમ જલદી રૂઝ આવે છે અને જખમમાં પરૂ થતું નથી.

નાકની નસકોરીનું ફુટવું.

નસકોરી ફુટે તે વખતે બાળકને ગભરાવવું નહિ, પણ તેને ધીમેથી ખુલ્લી હવામાં બેસાડવું અને તેનું માથું પાછળ ઢળતું રાખવું, તેના હાથો માથા તરફ ઉંચકી રાખવા તેને કહેવું. નાક પર તથા ગરદન પર બરફ ફેરવવો, બરફ તુરત ન મળે તો ઠંડા પાણીમાં બોળેલું કપડું વિંટાળવું અને બાળકનું મ્હોં ઉઘાડું રાખવું જેથી તે સહેલાઇથી મ્હોં વડે દમ લે. મ્હોંમાંથી લોહી વહે તો બરફ ચૂસવા આપવું. હોઠ અથવા જીભમાંથી લોહી વહે તો હાથના અંગુઠા અને આંગળી વડે તે ભાગને પકડી રાખવો.

બાળકનાં કપડાં એકાએક સળગી ઉઠે તો શું કરવું ?

તે બાળકને તુરતજ જમીન પર સુવાડી તેને જાડા કપડા, સેત્રંજી અથવા ગાલીચા વગેરેમાં લપેટવું અને તેને તેમાં ગ-બડવા જણાવવું, એટલે બળતું તુરત બંધ થઇ જશે. "હાજર તે હથીયાર" ના નિયમ પર આવી વખતે સમયસૂચકતા રાખવી.

બાળકને કદી પણ દીવા કે દેવતા આગળ રમવા દેવું નહિ. દાઝવાથી નાનું બાળક વધુ ભયમાં હોય છે. દાઝી ગયા પછી બળેલા ભાગ ઊપર અલસીનું તેલ અને ચુનાના પાણીનું બનેલું "કૅરન ઑઇલ" લગાડવું. તેની અંદર થોડું 'યુકૅલીપટસ ઑઇલ નાખ્યાથી ફાયદો થાય છે. આ તેલ ન હોય તો પાતળું ઘી, "સૅલૅડઑઇલ" વૅઝેલીન, હેઝલીન ક્રીમ, કૉલ્ડક્રીમ ચોપડી લીન્ટ અથવા પાતળું કેળનું પાંદડું મૂકવું.

નાના બાળકને ગરમ પાણીના ટબમાં બેસાડવું અને તેની અંદર સોડાખાર (Borax) બે ચમચા નાખવો. દાઝવાથી ફોલ્લા (છાગરા) થયા હોય તો તે કાપવા કે ફોડવા નહિ.

કેટલીકવાર દાઝી ગયાથી બાળકના ભેજાને ધકકો (Shock) લાગે છે તો તેનો તરત ઉપાય કરવો.

આંખમાં કચરો:—બાળકની આંખમાં કચરો ગયો હોય તો તેને આંખ ચોળવા દેવી નહિ. આંખમાં જે કચરો કે રજકણ પડે છે તે ઘણું કરીને નીચલા અથવા ઉપલા પોપચા તરફ જાય છે. નીચલા પોપચામાં કચરો હોય તો પોપચાને જરા ઉપાડવું અને એક

રૂમાલના છેડા વડે અથવા ઉંટના વાળની પીછી વડે કાઢવો કે તે ઝટ નીકળી આવશે. ઉપલા પોપચામાં કચરો હોય તો તે પાપણ ઉપર ખેંચીને નીચલું પોપચું આસ્તેથી ઉપલા પોપચામાં ખોસવું. આથી નીચલા પોપચાના વાળ વડે કચરો બહાર નીકળી આવશે. દીવાસળી અથવા સીસાપેન તેના ઉપલા પોપચાપર મૂકી પાંપણને પકડીને મુકેલી સીસાપેન અથવા સોયા ઉપર ઉઠલાવી દેવું અને પછી કચરો કાઢવો.

જો કોઈ પણ લોઢાંની રજકણ અથવા કાંઇબી કઠણ વસ્તુ આંખની કાળી કીકીપર (cornea) વળગી ગઇ હોય તો તે કાઢવાની તજવીજ કરવી નહિ. તે માટે તબિબ પાસે બાળકને તુરત લઈ જવું.

કાનમાં અને નાકમાં કચરો.

કાનમાં કંઇ જીવડું અથવા મચ્છર જાય તો બાળક ઘણું અકળાય છે. આવી વખતે ગભરાવા જેવું કાંઇ નથી, પણ તુરતજ સાલીડનું અથવા મીઠું તેલ કાન ભરાય ત્યાં સૂધી નાંખવું કે તુરતજ જીવડું પોતાની મેળે મરી જઇ બહાર નીકળી આવશે. કેટલાંક બાળક ચણા, દાળ, વટાણા, કાચના દાણા, પેનનો ટુકડો વગેરે કાનમાં અથવા નાકમાં ખોસી દેછે. આવી વખતે કાનમાં અથવા નાકમાં સળી અથવા સોયો મૂકવો નહિ. નાકમાં કાંઇ વસ્તુ હોય તો બાળકને તુરત તપખીર સુંઘાડવી જેથી છીંકોનો સાથે તે વસ્તુ નીકળી પડશે. કાનમાં ગરમ પાણીની નાની પીચકારી માર્યાથી વસ્તુ બહાર નીકળે છે. જો બહારની વસ્તુ નીકળી ન હોય તો બાળકને તબીબ પાસ લઈ જવું.

ગળામાં કાંઇ વસ્તુ અટકે તો શું કરશો?

ભોજન ખાતી વેળા કોળીઓ, મછીનો કાંતો કે બીજી વસ્તુ જેવી કે પૈસા, આંમલીનો કચુકો, વગાડવાની નાની સીસોડી, સેફ્તી પીન, ટાંચણી, વગેરે અટકી જાય તો ગળામાં એકદમ આંગળી નાંખવી અને જો ખોરાક હોય તો અંદર ઢકેલી દેવો પણ બીજી બહારની વસ્તુ હોય તો તે આંગળી વડે બહાર ખેંચી કાઢવી. તેમ નહિ બની શકે તો બાળકને ઊંધું કરી પીઠ ઠોકવી; તેથી પણ નહિ નીકળે તો આંગળી અથવા પીછું ગળામાં ફેરવી ઉલટી કરાવવી તેમ કરતાં પણ કાંઇ નહિ વળે તો છેલ્લે તબીબને બોલાવવો. ગોળી, સીકકો, કાચનો કકડો, કે એવો બીજો પદાર્થ બાળક ગળી ગયું હોય તો એક બે દિવસ તેને હમેશનો ખોરાક ખાવા દેવો અને ત્યાર પછી એરંડીયાનો જુલાબ આપવો અને ઝાડામાં તે વસ્તુની તલાશ કરવી.

કૂતરૂં કરડે તો શું કરવું?

બાળકને ગાંડું યા હડકાયું કૂતરૂં કરડયાથી હડકવા લાગુ પડે છે. કૂતરૂં કરડે કે તુરતજ જખમની આસપાસ મજબુત પાટો બાંધવો અને "કૉસ્ટીક" થી જખમને સારી પેઠે બાળી નાખવો. તે નહિ હોય તો "કારબૉલીક" અથવા "નાઇટ્રીક એસીડ" અથવા કળીચુનો લગાડવો. સૌથી સહેલા ઇલાજ તરીકે લાલચોળ તપેલા ખીલાવડે તે ભાગ બાળવો. હડકાયું કુતરૂં જો પકડાય તો તેને મારી નાંખી તેનાં ભેજાની તપાસ કરતાં માલમ પડશે કે કૂતરાને ખરેખર હડકવા થયો છે કે

નહિ. જો તેમ ન બની શકે તો તે બાળકને કસૌલી ખાતે લઇ જવું, જયાં પાસચર ઇન્સીતીત્યુશનમાં હડકાયલા કૂતરાની-રસી મૂકવામાં આવે છે. આ ઉપાય જરૂર અજમાવવો.

મધમાખ અથવા વીંછી કરડે તો કૈાલનવેાતર અને પાણી, " લાઇકર એમોન્યા, " અથવા જલદ દારૂને સરખે ભાગે પાણીમાં મેળવી તેનાં પોતાં ડંખ ઉપર લગાડવાં.

આ ડંખથી બહુ વેદના થતી હોવાથી ઠંડા પાણીના પોતાં લગાડયાથી કે પાણીની ધાર રેડયાથી ઠંડક થાય છે. દરદીને ચાહ કે કૉફી પાવી, જેથી તેના શરીરમા ગરમી આવે.

બાળા ગોળીના ઝેરનો ઉપાય.

કેટલીકવાર કેટલીક માતાઓ બાળકને મૂગું રાખવા બાળા-ગોળી ખવડાવે છે. તેમાં મૂખ્ય ભાગ અફીણનો હોય છે. જો બાળકને તે વધુ આપવામાં આવે તો તેને અફીણનું ઝેર ચઢે છે. એવી વખતે તુરત તબીબને બોલાવવો, નહિ તો, બાળકને હૉસ્પીતાલમાં તુરત લઇ જવું. તે દરમીઆન એક ચમચી રાઇનો ભુકો પાણીમાં મેળવી તેનું મિશ્રણ પાઇ દેવું અથવા ગરમ પાણી પીવા આપવું; ગળામાં પીછી અથવા આંગળી ફેરવી કોઇબી યૂક્તિથી ઉલટી કરાવવી. બાળકને ઉંઘવા દેવું નહિ. તેને ફેરવવું, ચલાવવું અને મોંઢાપર ઠંડુ પાણી છાંટવું અને વારા ફરતી ઠંડા અને ગરમ પાણીમાં બેસાડવું. નાડી બેશી જાય તો "લાઇકર ઍમોનિયામાં" પાંચથી દશ ટીપાં પાવાં, ખપે તો બ્રાંડી પાણીમાં મેળવી પાવો, અને પગ ઉપર ગરમ પાણીનો શેક કરવો.

બાળક બેશુદ્ધ થાય તો શું કરશો?

બાળક પડી ગયાથી, ચક્કર આવ્યાથી અથવા કોઇ બિમારીમાં બેશુદ્ધ થયું હોય તો તબીબ આવે તેની આગમચ તેને સુવાડવું. તેના ગળા અને છાતી પરનાં કપડાં ઢીલાં કરવાં. તેને પવન નાંખવો, બારી બારણાં ઉઘાડી નાંખવાં, તેની આસપાસ કોઇને આવવા દેવું નહિ અને મ્હોંડા પર ઠંડુ પાણી છાંટવું. કોલન વૉટર, સ્મેલીંગસૉલ્ટ અથવા કાંદો સુંઘાડવો. છાતી અને પગના તળીયા પર રાઇનું પ્લાસ્તર મારવું.

પ્રકરણ ૨૧ મું.

માતાની ફરજ.

Mother's Duty

આદમીની આખી જીંદગીનું બંધારણ તથા તંદુરસ્તીનો પાયો બચપણમાં નંખાય છે, અને તેનો આધાર તેની મીઠી, મધુરી માતા ઉપર હોય છે. સારી સોબતમાં સારી સંભાળથી ઉછરેલું બાળક સદા સુખી રહે છે. બાળકના ભાગ્યનું ચક્કર અને તેની ચાવી તેની માતાના સોનેરી હાથમાં હોય છે.

કેળવાયલી, હોંશિયાર અને સૂધરેલી સ્ત્રીજ સદગુણી અને શાણી માતા થઇ શકે છે. ઘણા પ્રખ્યાતી પામેલા મહા વિરલાઓની કારકીર્દી તપાસીશું તો તેઓની તેવી ઊંચી હાલત તેમની



(ચીત્ર ૬૬ મું.)

બાળકનું બિછાનું.

ભલી માતા તરફથી મળેલા ઉંચ શિક્ષણને આભારી માલમ પડશે. બાળક ઉપર બાપ કરતાં માતાની અસર વધારે હોય છે, કારણ કે તેણીને તે માટે વધુ તક મળે છે. આ પૃથ્વી ઉપર બાળક એ એક ઘણોજ અમૂલ્ય ખજાનો છે. તે ઇશ્વરના ઘરની કીંમતી બક્ષેશ છે. તેની ખરી કદર તો બાળક માટે ટળવળતી વાંઝણી સ્ત્રીનેજ આવે છે. દોડતું, હસ્તું, રમતું, મસ્તી કરતું ઘર ગજાવતું નિર્દોષ બાળક કોને ન ગમે? "જ્યાં બાળક વસે ત્યાં ઘર હસે." "માતાઓમાં તે માતાને ધન્ય છે, કે જેને વિષે એવું કહી શકાય કે તેણીએ પોતાના બાળકના કલ્યાણ, સુખ, અને તંદુરસ્તી માટે જેટલું થઇ શકે તેટલું કર્યું." માતાની પહેલી ફરજ એ છે કે તેણીએ ધીરજ અને આનંદથી શાંત સ્વભાવે પોતાના પ્યારા બાળકને ધવરાવવું. માતાના દૂધની બરોબરી કરે એવો સર્વોત્તમ અને સંપૂર્ણ ખોરાક બીજો કોઈ નથી. કુદરતી બનાવટનું દૂધ સ્ત્રીના દૂધને કોઇ પણ રીતે પહોંચી શકતું નથી. બાળકને નિયમિત રીતે ધવરાવવું, નહવરાવવું, ખવરાવવું અને જ્યારે બાળક ફરતું હરતું થાય ત્યારે તેને છૂટથી રમવા દેવું. આજકાલ બાળકને રમાડવા માટે આયા તથા નોકરો રાખવામાં આવે છે. જેવી રીતે નોકર વર્ત્તશે અને કરશે તેવું બાળક પણ શીખશે, તેટલા માટે માતાએ નોકરની ચાલચલણ અને રીતભાત ઉપર ઘણી દેખરેખ રાખવી જોઇએ, કારણ કે બાળક દેખાદેખીથી દરેક ચીજ શીખે છે.

બાળક આગળ ભૂત તથા ડાકણની વાત '
કારણ કે તેથી બાળક ગભરાશે, તેને તાવ

બીહીને ઉઠશે અને સ્વભાવે તે હીચકારૂં અને બ્હીકણુ બનશે. બાળકને સૂવાડવા પહેલાં ખૂબ રમાડવું. તેની આગળ બચ્ચાં જેવાં થઇએ તેાજ તેને ખરેા પ્યાર લાગેછે. તેને હમેશાં મીઠા પ્યારના શબ્દથી બોલાવવું, તેને માટે હલકા અને કડવા શબ્દેા એાચરવા નહિ. મીઠી જીભની અસર ન્યારી છે. બાળકને વારંવાર ઠપકેા આપવેા નહિ. માબાપે બાળકના દેખતાં અપ-શબ્દ અને જુઠું બોલવું નહિ, કારણ કે આ ઘડેા માતા પિતા તરફથી તે ફાળામાં લેતું જશે. દરેક બાળકને એક સરખા લાડ લડાવવા, નહિં તેા તેઓ વચ્ચે અણુબનાવ ઉભેા થશે અને અદેખાઇનેા અંગાર પજરવા માંડશે. બાળક તેાતડું બોલે તેા ચીડવવું નહિ, કારણ કે તેમ કર્યાથી તે વધારે ગભ-રાશે અને વધુ લઠડશે. એવા બાળકને ધીમેથી બોલતાં શીખ-વવું. કેટલીકવાર આવા બાળકને દરીયા કિનારે અથવા ખુલ્લી હવામાં લઇ જઇ મ્હેાંમાં બે લખેાટા આપી મેાટા સાદે પણ હળવેથી વીચાર કરીને બોલવાની ટેવ પાડવી. દરેક માતાએ ગેાખી રાખવું કે ચેાખી હવા, ચેાખું પાણી ચેાખેા હલકેા ખેારાક જેવું સુખ બાળક માટે બીજું એકે નથી. નાના બાળકને ઘરેણાં, પછી તે હલકાં અથવા કિંમતી હેાય તેાપણુ કદી પહેરાવવાં નહિ. માતાના આવા બીનજરૂરી શેાખને લીધે દર વરસે નિર્દોષ બાળકેાનાં ઘરેણાં માટે ખૂનેા થાય છે. તેટલા માટે બાળક પુખ્ત ઉમરનું થાય નહિ ત્યાં સુધી નિશાળે જતાં અથવા રમતાં બાળકના આંગપર કેાઇપણુ જાતની કિંમતી વસ્તુ રાખવી તે બાળકની જીંદગી માટે સલામત નથી. જે તેવું બાળક કરપીણુ માણુ-

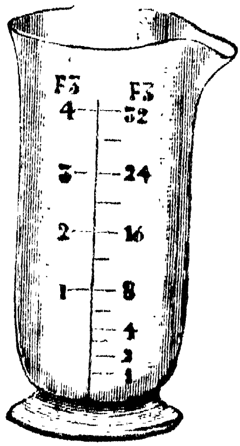
ક્ષના હાથનો ભોગ થાય છે તો તેના માતપીતા તથા વાલી તેનાં જોખમદાર છે.

સાત વરસની આગમચ બાળકને કદીપણ નિશાળે મૂકવું નહિ. નાની વયમાં ભણવાનો બોજો પડયાથી બાળકની બુદ્ધિ મંદ થાય છે. અને તેનો ઉઘરભાવ ખીલતો અટકી જાય છે. શરૂઆતમાં કંટાલો નહિ ઉપજે અને ખુશીથી રમતાં રમતાં બાળક શીખે એવા હેતુથી " કીનડર ગાર્ટનની " રૂઢીએ બાળકને શીખવવું. બાળક નિશાળે જતું હોય તો નિશાળેથી આવ્યા પછી હમેશાં રમવા દેવું, ફરવા મોકલવું અને કસરત કરાવવી. કદીપણ તેની પાસે બીજા દીવસનો પાઠ તૈયાર કરાવવો નહિ. રાતના બને તેમ તેને બતી આગળ વાંચવા દેવું નહિ. નિશાળે જતાં બાળકને માટે ઘરમાં બીજો ખાનગી શિક્ષક રાખવો નહિ. બનતા સુધી તેવા બાળકને ખાનગી " ટયુશન કલાસો " માં મોકલવાથી દૂર રહેવું. આમ કર્યાથી બાળક કદાચ કાંઇક શીખશે પણ તેના મગજપર જે બેવડો બોજો પડશે તેના ભાર તળે મોડે અથવા વહેલે તે કચડાઇ જશે. બીજું, તેની મગજ શક્તિ ખીલતી અટકી જશે. આગળ જે મોટાં ઉમરે પુગેલાં છોકરાંઓને શીક્ષણ આપવામાં આવતું હતું તે હાલ નાનાં બાળકને આપવામાં આવે છે. જેમ કુમળો છોડ સખત તાપથી કરમાઈ જાય છે તેમ બાળકની ખીલતી શક્તિ ખીલવાને બદલે મંદ થઇ જાય છે.

બાળકને કવિતા અને સંગીત શીખવ્યાથી તેની છાતી ખીલશે, ફેફસાં મજબૂત થશે, ઉચ્ચાર શુદ્ધ થશે અને તેને મજાહ પડશે. નાના બાળકને સાત આઠ વાગે સુવાડી દેવું.

મોટા બાળકને દિવસમાં એક વખત ફરજીયાત બંદગી કરતાં શીખવવું જોઇએ. તેવી ટેવ પાડવી તે તેના સુખ માટે ફાયદાકારક છે. અવિચારી માબાપો બાળકોને મારે છે. નરમ વચનના ઠપકાથી, પ્રેમ અને મીઠાશથી બાળકોને શરમાવશો તો તેઓ સહેલથી વળશે. એક વખત બાળક હઠીલું થયું, તો પછી શરમાવ્યાથી પણ શરમાશે નહિ, લાકડીથી પણ દબાશે નહિ અને આગળ ચાલતાં નાફરમાન બનશે.

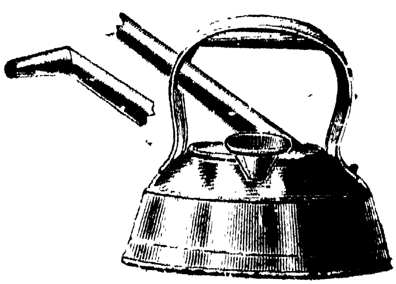
છોકરીઓની કેળવણી છોકરા કરતાં જૂદા પ્રકારની હોવી જોઇએ. હાલના વખતને અનુસરતું શીક્ષણ આપી તેમને કેળવવી. ગમે તે અને ગમે તેટલું શીખે તોપણ **સ્ત્રીઓએ પોતાની માસીક માંદગીના પ્રસંગે મન અને તનને આસાએશ આપવાની ખાસ જરૂર છે.** કેળવણી લેવા સાથે તેણીએ સાદાઈ, નમનતાઇ, સલુકાઇ, સદગુણ ધારણ કરવા. રાંધવા, ભરતભરવા, ગાવા, વગાડવા, કસરત કરવા, ચીતરવા, " ફરસત એડ " અને " નર્સીંગ "નું જ્ઞાન સંપાદન કરવા તથા માત પીતા તરફ પ્રેમ અને મહોબત રાખવા વગેરેનું શીક્ષણ તેણી મેળવે તોજ તેણી સકર્મી ધણીયાણી અને નમૂનેદાર માતા બનશે.



(ચીત્ર ૬૩ મું.)

પ્રવાહી વસ્તુ માપવાનું માપ.

Measure-Glass,



(ચીત્ર ૬૪ મું.)

ગળાની બિમારીમાં વરાળ લેવાની રીત.
(Bronchitis Kettle)



(ચીત્ર ૬૫ મું.)

સહીયર મુકાવ્યા પછી તે ભાગને સાફ રાખવાની ગાદી.

Vaccination Shield.

પ્રકરણ ૨૨ મું.

ચોપડીમાં જણાવેલા ઘરગતુ ઉપાયોનુ વર્ણન.

Things to remember.

દવા આપવાના વજનનું કોષ્ટક.

ઈંગ્રેજી તોલ.

૧ ગ્રેન = ૧ ઘઉં ભાર

૨૦ ગ્રેન = ૧ સ્ક્રુપલ.

૬૦ ગ્રેન = ૧ ડ્રામ.

૮ ડ્રામ = ૧ ઔંસ.

૧૬ ઔંસ = ૧ પૌંડ.

દેશી તોલ.

૨॥ તોલા = ૧ ઔંસ.

૧ વાલ = ૬ ગ્રેન.

૧ રતી = ૨ ગ્રેન.

પ્રવાહી માપ.

૧ મિનિમ = ૧ ટીપું.

૬૦ મિનિમ = ૧ ડ્રામ.

૮ ડ્રામ = ૧ ઔંસ.

૨૦ ઔંસ= ૧ પાંઈટ=૧$\frac{1}{4}$ રતલ.

૮ પાઈંટ= ૧ ગ્યાલન.

દવા આપવાની રીત.

દવાની બાટલી પરનું 'લેબલ' (ચીઠી) વાંચ્યા પછીજ દવા આપવી. ચોપડવાની દવાને પીવાની દવા સાથે રાખવી નહિ. પેંટટ દવા તબીબની સલાહ વગર લેવી નહિ.

એક ચાહની ચમચી (Tea-spoonful)= લગભગ ૧ ડ્રામ; એક ખાવાનો ચમચો (Dessert-Spoonful) = બે ડ્રામ; એક પીરસવાનો મોટો ચમચો (Table-Spoonful) = અર્ધો ઔંસ; એક વાઇન ગલાસ = દોઢથી બે ઔંસ.

એક નાનુ ચહાનું પ્યાલું = આસરે પાંચ ઔંસ.
એક સોડાવોતરનુ ટમ્બલર = આસરે દશ ઔંસ.

નાડી અને શ્વાસોશ્વાસની સંખ્યા.

(Pulse and Respirations.)

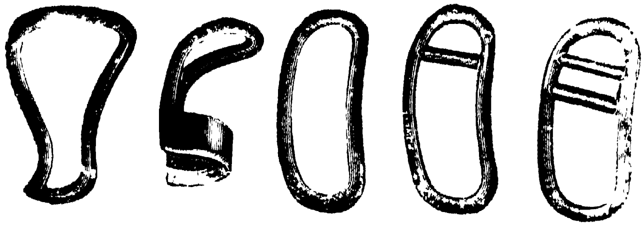
બાળકની નાડી ગર્ભાશયમાં એક મિનિટમાં ૧૫૦ વાર ચાલે છે.

જન્મ થતી વખતે	૧૩૫	વાર
એક વરસનું થાય ત્યાં સુધી	૧૨૦	,,
બીજે વર્ષે	૧૧૦	,,
ત્રીજે વર્ષે	૧૦૦	,,
સાતમે વર્ષે	૯૦	,,
પંદરમે વર્ષે	૮૦	,,
જુવાનીમાં,	૭૦–૮૦	,,
ઘડપણુમાં	૬૦–૭૦	,,

તંદુરસ્ત માણુસ **એક મિનિટમાં ૧૫ થી ૧૮ વાર દમ લેછે.** બચપણુમાં સંખ્યા વધારે હોય છે. એક શ્વાસ પૂરો થાય એટલામાં ચાર કે પાંચ વાર નાડી ચાલેછે. ઘણીખરી વખત જ્યારે દમ વધારે ચાલે ત્યારે નાડી પણુ તેજ પ્રમાણે જલદી ચાલે, પણુ કેટલીક બિમારીમાં તેમ હંમેશ થતું નથી.

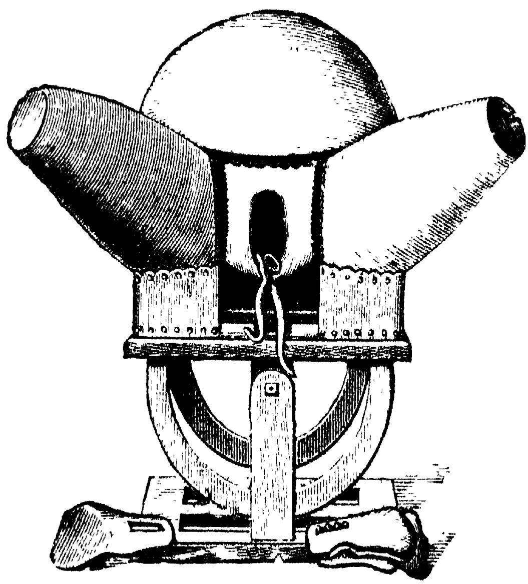
શ્વાસોશ્વાસ એક મિનિટમાં કેટલી વાર ચાલે છે?

બે મહિનાથી બે વરસના	બાળકમાં	૩૫	વાર ચાલે છે.
બે થી છ વરસના	,,	૨૩	,,
છ થી બાર વરસના	,,	૨૦	,,



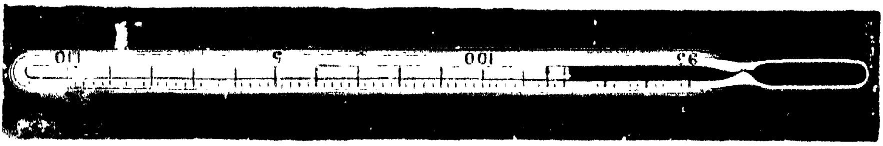
(ચીત્ર ૧૬ મું)

ટળી પડેલા ગર્ભાશયને સીધું રાખવાની રીત. (Pessaries)



(ચીત્ર ૧૭ મું.)

દાયણનું કામ શીખવાને માટેનું બનાવટી પેટ અને વસ્તીપ્રદેશ.



(ચીત્ર ૧૮ મું.)

તાપ તપાસવાની શીશી. (Thermometer)

બારથી પંદર વરસના બાળકમાં	૧૮ વાર	ચાલે છે.
પંદર વરસ પછી	૧૬–૧૮ ,,	,,

મરદ કરતાં સ્ત્રીમાં શ્વાસોશ્વાસ જરા વધારે ચાલેછે. હુ-મેલ દરમીઆન દમ લેવાની ક્રિયા વધુ હેાય છે.

બાળક કેટલા કલાક ઉંઘાય છે?

પહેલે મહિને........................૨૦ કલાક.

પહેલાથી છ મહીના સુધી	૧૬–૧૮	,,
છઠાથી બારમા મહિના સુધી	૧૫–૧૬	”
બીજે ને ત્રીજે વરસે	૧૪	,,
ત્રીજે ને ચેાથે વરસે.	૧૨	,,
પાંચથી દશ વરસ સુધી	૯–૧૦	,,
દશથી પંદર વરસ સુધી	૯	,,

બાળકની ગરમીઃ—ગરમી માપવાના યંત્રને “થરમૉમીટર” (Thermometer) કહે છે. (ચીત્ર ૧૮ મું)“થરમૉમીટર” એક કાચની બારીક નળી છે અને તેમાં થેાડેા પારેા હેાય છે તેની અંદર હવા બીલકુલ હેાતી નથી. તેની નીચેનેા ભાગ પહેાળેા છે, જેમાં પારેા રહે છે. ગરમીને લીધે પારેા કુલે છે અને ઉંચે ચડે છે. અને નળી ઉપર માંડેલા આંક ઉપરથી તાવની ગણત્રી થાય છે. આપણા શરીરની ગરમી ૯૭ થી ૯૮ ડીગ્રી હેાય છે. **બાળકની ગરમી જરા વધારે હેાય છે. એટલે આશરે ૧૦૦ ડીગ્રી જેટલી રહે છે.** નાના બાળકને ગરમી (animal heat) પેદા કરવાની શકિત ઘણી થેાડી છે માટે તેનેા જન્મ થવા પછી ઘણીવાર તેને તેની માની સેાડમાંથી દૂર રાખવું

નહિ એવો કેટલાક તબિબોનો મત છે. બાળકને કદાચ જુદું રાખવું પડે તો તેને ગરમ કપડાંમાં લપેટી રાખવું. ગરમ કપડાથી કાંઇ બહારની ગરમી મળતી નથી પણ તે બાળકના શરીરની ગરમી બીજી ગમ ન જતાં તેના શરીરમાં સચવાઇ રહે છે.

પૅપ્ટોનાઇઝડ દૂધ. (Peptonised Milk.)

જ્યારે દૂધ પાચન થઇ શકતું ન હોય અને બાળક બિમાર હોય તે વખતે આ દૂધ ઘણું ઉપયોગી થઇ પડે છે. એક શેર દૂધમાં પાશેર પાણી મેળવવું. તેમાંનું અરધું લઈ ચુલે ચડાવી ઉકાળવું. ત્યારપછી નીચે ઉતારી બાકીનું રાખેલું અરધું દૂધ મેળવવું. પછી તેમાં ત્રણ ચમચી " ઍનજરસ લાઇકર પૅનક્રીએટીક્સ " અથવા "ફૅરચાઇલડસ પૅપટોનાઇઝીંગ પાઉડર"ની ટયુબ નાખવી અને સારી રીતે હલાવવું. ત્યારપછી તેને ગરમ જગા આગળ પંદરથી વીસ મિનિટ રાખવું અને પછી દૂધ આપવું. દૂધ તુરત નહિ આપવું હોય તો " પૅપટોનાઇઝડ " દૂધને વીસ મિનિટ રાખ્યા પછી તુરત ઉકાળવું, નહિ તો દૂધમાં વધુ ફેરફાર થયા પછી તે કડવું થશે અને બાળક પીતાં અચકાશે.

લાઈમવૉટર (Lime Water)

એક બ્રૅનડીની ખાલી બાટલીમાં થોડો કળીચૂનો બેથી ત્રણ પૈસા ભાર નાંખી સોજા પીવાના પાણીથી અથવા " ડીસટીલડ વૅટરથી " બાટલી ભરવી. તે બાટલીને બુચ મારી પાંચથી દશ મિનિટ સુધી હલાવવી. ત્યારપછી બાટલીને આઠ કલાક બાજુ રાખી મુકવી. એમ કરવાથી ચૂનો બેસી જશે અને ચૂનાનું પાણી

ઉપર તરી આવશે. તે પાણીને બીજી સાફ બાટલીમાં કાઢી લેવું. એનું નામ તે "લાઇમ વૉટર" (ચુનાનું પાણી). બાળકના દૂધમાં તેના પ્રમાણમાં જ્યારે જોઇએ ત્યારે નાંખવું.

આ "લાઈમ વૉટર"ની અંદર અલસીનું તેલ નાંખી મેળવેલા તેલને "**કૅરન ઓઇલ**" કહે છે, જે દાઝી ગયેલા ભાગપર લગાડવાને માટે વાપરવામાં આવે છે.

કાર્બોલીક લોશન—એક ભાગ કાર્બોલીક ઍસીડને ૪૦ ભાગ પાણી મેળવવું. એક પાઇન્ટ લોશન બનાવવું હોય તો ચાર ડ્રામ એસીડ લેવી. કાર્બોલીક એસીડને બે ચમચી ગલીસરીનમાં મેળવીને પાણીમાં નાંખે તો કાર્બોલીક ઍસીડ પાણીથી છૂટી પડતી નથી અને સરસ મીશ્રણ થાય છે. જખમ સાફ કરવા, દાયણના હાથ ધોવા આ પાણી કામ લાગે છે.

રસકપુરનું પ્રવાહી. (H. P. Lotion)

એક ભાગ રસકપુર (પરકલોરાઈડ આફ મર્ક્યુરી) ને ૨૦૦૦ ભાગ પાણી મેળવવું. એ દવાની ટાંકણી કૅમીસ્ટને ત્યાં મળે છે. એક ટાંકણી નાખ્યાથી ઉપલા પ્રમાણમાં લોશન બને છે. આ ઉપલી દવા ઘણી ઝેરી છે અને તેને રંગ નહિ હોવાથી ટાંકણી બનાવનારા તેને લીલો યા બીજી જાતનો રંગ આપે છે કે જેથી રંગના પાણીને લીધે કોઈ આદમી ભૂલમાં તેને પીવામાં વાપરે નહિ. તેનો ઉપયોગ કાર્બોલીક લોશનની માફક હોય છે. એ પાણીમાં ધાતુનાં હથીયાર મૂકવાં નહિ, કારણકે અંદર પારો હોવાથી હથીયાર ખરાબ થાય છે.

ફટકડીનું પાણી:—થોડી ફટકડી (alum) ને ચુલાપર

જુલાબીને તેનો બારીક ભૂકો કરી રાખી મૂકવો. જ્યારે જોઇએ ત્યારે એક ચમચી ફટકડીનો ભૂકો બે પાંઇંટ ગરમ પાણીમાં મેળવી ગુપ્ત ભાગમાં પીચકારી લેવાનો રીવાજ છે. તે સ્ત્રીને પડતા પાણી અથવા પ્રદર રોગમાં ઉપયોગી છે અને સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગોને સંકોચાવે છે. બાળકને મ્હોં આવે ત્યારે મધમાં જરા ટંકણખારને (Borax) લઇને મ્હોંમાં ફેરવવું. આથી મોંઢાનો સોજો નરમ પડશે. એના પાણીના કોગળા મોઢાની ગરમી કાઢે છે. સ્ત્રીના પ્રદર રોગમાં અને ગુપ્તભાગની ખરજ વખતે એક મોટો ચમચો "બોરૅક્ષ" ને બે પાઇંટ પાણીમાં નાંખીને પીચકારી લેવાથી ફાયદો થાય છે.

એરંડીયુ અને "ઑલીવ" (સૅલેડ) ઓઇલ

બાળકવાળા ઘરમાં આ તેલની જરૂર છે. બાળકના જુલાબ માટે બનતાં સુધી એરડીયુંજ વાપરવું. નાના બાળક માટે એરડીયું અને "ઓલીવ ઑઇલ" સરખે ભાગે મેળવીને આપ્યાથી વધુ ફાયદો થાય છે. જુલાબની ખરેખર જરૂર હોય તોજ જુલાબ આપવો.

અળસી અને ગોખરૂની ચાહ—સુવાવડી સ્ત્રીને પથરીનો દુખારો હોય અથવા પિશાબ ખુલાસાથી થતી નહિ હોય તો ઉપલી ચાહ ઉપયોગી છે. અરધો શેર ગોખરૂ અને પાશેર અળસીને બારીક કરીને સીસીમાં ભરી રાખવી અને તે દર વખતે સવાર સાંજ ચાહ ને બદલે એક ચમચી એનો ભૂકો ગરમ પાણીમાં ઊકાળી, ખાંડ નાંખી, ચાહની માફક પીવી. એથી પીશાબ ઘણી છુટશે અને દુખાવો નરમ પડશે.

"બારલી વૉટર"

Barley water.

એક ચોખ્ખા વાસણમાં એક શેર પાણી સાથે પાંચ રૂપ્યા ભાર જવ અથવા આખી "બારલી" ને નામે જે વેલાતી ખોરાકીની દૂકાનમાં મળે છે તે લેવી અને ઉકાળવી. ઉકળ્યા પછી પહેલું પાણી ફેંકી દેવું. ત્યારપછી ઠંડા પાણીથી બારલીને સાફ કરવી. પછી બશેર ઠંડા પાણીમાં સાફ કીધેલી બાટલીમાં થોડી ખાંડ યા સાકર મેળવીને ઓછામાં ઓછું એક કલાક ઉકાળવું. પછી પાતળા કપડાથી ગાળી લેવું અને તે જ્યારે જોઇએ ત્યારે બાળકના દુધમાં નાંખવું યા ખાલી પાવું. કેટલાકો એની અંદર થોડો લીંબુનો રસ પણ નાંખે છે.

આલબુમીન વૉટર (Albumen Water)

એક ઇંડું લેવું અને તેની સફેદી માત્ર વાપરવામાં લેવી. પછી સફેદીને લાગેલું પાતળું પડ કાતર વડે કાપી નાખવું, એટલે સફેદી છૂટી થઇ જશે. તેને બે પ્યાલા પાણીમાં ખૂબ મેળવવી. પછી તે પાણીને જાડા કપડાંવડે ગાળવું અને સાફ બાટલીમાં ભરી રાખવું. બાળકને ઝાડા થતા હોય ત્યારે કોઇ પણ ખોરાક આપવાને બદલે દર વખતે માત્ર "આલબુમીન વૉટર" આપવાનો રીવાજ છે. બાળકને આ પાણી આપતી વેળા સાકર નાંખીને આપ્યાથી બાળક ખુશીથી પીએ છે.

છાશ (Whey).

ગરમ દૂધ શેર એક લેવું, તેમાં પાંચ રૂપ્યાભાર જૂની આંબલી અથવા " Rennet Tablets "નાખવી.ત્યારપછી તે દૂધને

પાંચ મિનિટ ચુલાપર ગરમ કરવું. પછી કપડાંથી ગાળવું. પછી છાશને ઉપયેાગમાં લેવી. બીજી રીત એ છે કે શેર દૂધનું તાજું બનાવેલું દહીં લેવું. તેની અંદર થેાડું પાણી નાખી બન્નેને ખબ મેળવવું, અને જે પાણી જેવેા પ્રવાહી રહે તેને કાચના વાસણમાં કાઢી લેવેા. આ પ્રવાહી તે છાશ છે. કેટલાકેા દૂધની ડેરીમાંથી બનાવેલી છાશ વાપરે છે. બાળક માટે તાજી ઘેર બનાવેલી છાશનેા ઉપયેાગ કરવેા. બાળકને જો દૂધ હજમ ન થાય તેા છાશ સૈાથી સરસ ઉપાય છે. હમેલદાર સ્ત્રીને અતિસાર થાય તેા એકવીસ દીવસ સૂધી તેણી માત્ર છાશ ઉપર રહેતેા અતિસાર નરમ પડશે. દૂધમાં જે ‘ પ્રેાટીન ” નામનું પચવવામાં ભારી તત્વ છે તે તત્વ છાશમાંથી નીકળી જાય છે અને તેટલા માટે છાશ પાચન થવામાં જાતે બહુ હલકી છે. દૂધના આ ભારી તત્વ સીવાય સર્વ તત્વેા છાશમાં હાજર છે.

બીજી રીત એ છે કે અર્ધો શેર ગરમ દૂધમાં બે ચમચા સેાજો શેરી (Sherry) નાખવેા અને ગરમ કરવું. તે ઠંડું પડયા પછી તેનાં દહીનાં ગડફાં બંધાશે; અને છાશ છૂટી પડશે તેને સાફ વાસણમાં કાઢી લેવી. તે White Wine Whey તરીકે ઓળખાય છે.

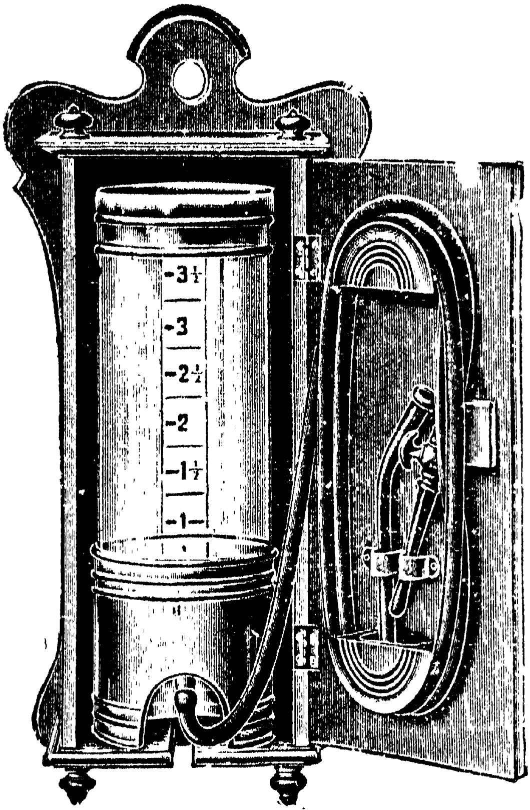
ગરમ પાણીમાં બેસાડવાથી થતા ફાયદા.

નીચલી બિમારીમાં પાણીમાં બેસવાથી ફાયદેા થાય છે.

૧. ઉપલ્યું.

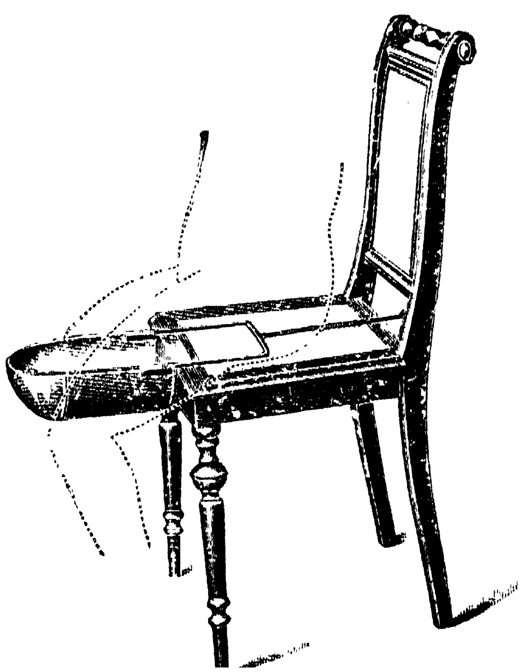
૨. પેટમાં થતી ચુંક.

૩. પેટમાં ફરતેા પવન.



(ચીત્ર ૬૦ મું.)

સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગ
માટે ડુશ.



(ચીત્ર ૬૧ મું)

યોનીમાં પીચકારી મારવાને
માટેની ખુરસી.
(Bidet chair)

૪. દાંત ફુટતી વખતે બાળક ચાલુ રડતું હોય.
૫. ગુર્દાની બિમારી.
૬. રેતી અથવા પથરીનો દુખાવો.
૭. શરીરમાં આંકડી તથા ચમક થાય.
૮. જ્ઞાનતંતુની બિમારી.
૯. કલેજાનો સોજો.

૧૦. શરીર થાકી ગયું હોય, અને લાંબી મુસાફરી પછી.

બાળકને ઝાડાની પીચકારી કેમ આપવી? (Enema).

કેટલીકવાર ઝાડાની કબજીઆત અથવા પેટમાં અતિશય ચુંક થવાથી ઝાડો લાવવા માટે પીચકારી આપવી પડે છે. નાના બાળકને માત્ર અરધા અથવા એક ઔંસની કાચની પીચકારી લઈ તેમાં બેથી ચાર ડ્રામ જેટલું ગ્લીશરીન લઈ બાળકને ડાબી બાજુ સુવાડવું અને પીચકારીના છેડા ઉપર અને સફરા ઉપર સાલીડ ઓઈલ અથવા વેસેલીન લગાડી હળવેથી અણીવાળા છેડાને અંદર મૂકવો અને ધીમેથી પીચકારી મારવી. સફરાપર રૂનું પહોળીયું મૂકી, બેઉ જાંગનાં કુલાં દાબી રાખવાં એટલે તુરતજ બચ્ચાંને ઝાડો થશે.

કેટલીકવાર મોટા આદમીને રબરનીપીચકારી (Higginson's syringe) અથવા મોટા "ડૂશ" વડે પીચકારી આપવામાં આવે છે.

ગુપ્ત ભાગની પીચકારી.

Vaginal Douche.

સ્ત્રીઓ વારંવાર આ રબરની પીચકારી અથવા પત્રાના

અથવા કાચના ડૂશવડે (ચીત્ર ૬૦મું) બહારના અને અંદરના ગુપ્તભાગો સાફ કરે છે. ત્રણથી ચાર પાઇન્ટનો કાચનો ડૂશ સહેલાઇથી સાફ થાય છે અને પાણી ગળવાનો સંભવ રહેતો નથી. ડૂશને બિછાનાથી બે ફુટ ઊંચે રાખવું. ટેબલ અથવા લાકડાની ઢાલકી ઉપર સુતા પછી એક ફાલકું કાઢી નાંખી નીચે ખરાબ પાણી ઝીલવા વાસણ મૂકવું. જાંગનાં કુલાં નીચે તકીયો મૂકી તેને ઊંચે કરવું. જો બિછાનાપર ડૂશ લેવું હોય તો કાળું ચામડું અથવા "મૅકીનટોશ" મૂકવું.

ડૂશમાં ગરમ પાણી અથવા તેની અંદર "બોરેક્ષ", "કૉનડીસ ફ્લ્યુઇડ", ફટકડીનો ભૂકો, "લાઇસોલ" તથા ટીંકચર આયોડીન વગેરે નાંખે છે.

પ્રદર રોગમાં દિવસમાં બે વખત ડૂશ લીધાથી સ્ત્રીને આરામ અને ફાયદો થાય છે. બીજી રીત એ છે કે બિછાના નજદીક બે ખુરસી મૂકવી અને સ્ત્રીએ બીછાનાપર આડું સૂવું. પગ ખુરસીપર ટેકવવા, એવી રીતે કીધાથી સ્ત્રી બીજાની મદદ વગર સહેલાઇથી ડૂશ લઇ શકશે અને બિછાનું પાણીથી ભીંજાતું નથી. (ચીત્ર ૬૧ મું).

સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગ સાફ કરવાની દવાનાં નામ અને તે લેવાની રીત.

૧ ડ્રામ=૧ ચમચી.

લાઇસોલ–	એક પાઈન્ટ પાણીમાં	એક ડ્રામ
ટીંકચર આયોડીન	,, ,,	એકથી બે ડ્રામ
કૉનડીસ ફ્લ્યુઇડ	,, ,,	અર્ધો ઔંસ
સૅનીતાસ	,, ,,	અર્ધો ઔંસ.

ઝીંકક્લોરાઇડ	એક પાઇન્ટ પાણીમાં પાંચ ગ્રેન			
તેનીક ઍસીડ	,,	,,	,,	બે ડ્રામ
ગલીસરીન પલમબાઇ એશીતાસ			,,	એક ડ્રામ
બોરૅક્ષ	,,	,,		બે ચમચા
સાયલીન (cyllin)		,,	,,	અર્ધો ડ્રામ
ફટકડી	,,	,,	,,	એક ડ્રામ
ઝીંક સલફેત	,,	,,	,,	એક ડ્રામ
સૅનીતાસ	,,	,,	,,	એક ડ્રામ
મીઠું (Table salt)		,,	,,	બે ડ્રામ

રૂનું પોહળચું (Kite-tail Plugs)

યોનીમાં વારંવાર રૂના પોહળયા પર દવા લગાડી તે અંદર મૂકવાથી દવા પસરીને ફાયદો થાય છે. રૂના પહોળયાંને મજબૂત દોરાવડે બાંધીને દોરાનો છેરો બહાર રાખવો. દશ કલાકથી વધુવાર એક પોહળયું રહેવા દેવું નહિ.

નીચેની દવા વારંવાર પોહળયાંમાં મૂકવામાં આવેછે.

ઇકથીયોલ	બેડ્રામ
ગ્લીસરીન	એક ઔંસ.

યુકેલીપટસ તેલ	૪ ડ્રામ
ગ્લીસરીન	એક ઔંસ,

ગલીસીરોલ ઓફ તેનીન—૫૦%

આયોડીન ૨%

પ્રકરણ ૨૩ મું.

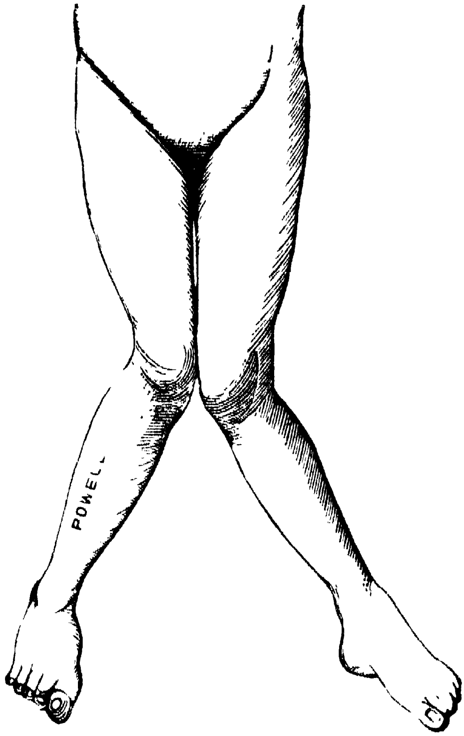
બાળકમાં દીસતી કુદરતી ખોડ ખાંપણો.

Congenital Deformities.

કુદરતનાં કામો જો કે હમેશ ચોક્કસ હોય છે તોપણ વારંવાર આપણે ખોડ ખાંપણો જોઇએ છીએ અને તેની તપાસ કરીશું તો માલમ પડશે કે કુદરતના કાયદામાં એકદમ અડચણ પડયાથી અથવા નહિ સમજ પડે એવા બાળકના શરીરના ચોક્કસ અવયવના વિચીત્ર ઉધર ભાવથી અને અચાનક ફેરફારથી ખોડખાંપણ જન્મ લે છે.

એવી ખોડખાંપણની તરતજ તબિબને ખબર આપવી, નહિંતો બાળક હેરાન થશે, અને કોઇવાર કદરૂપું અને એબીઅલ થઇ જશે. કેટલીક સ્ત્રીઓ આવી કુદરતી ખોડખાપણ વિષે વહેમ તથા છીટ રાખે છે, તો વળી કેટલીક સ્રીઓ તેને ગ્રહણની અસર યા નજર લાગી એવું ધારી ધુતારા જોશીઓનાં મત લે છે.

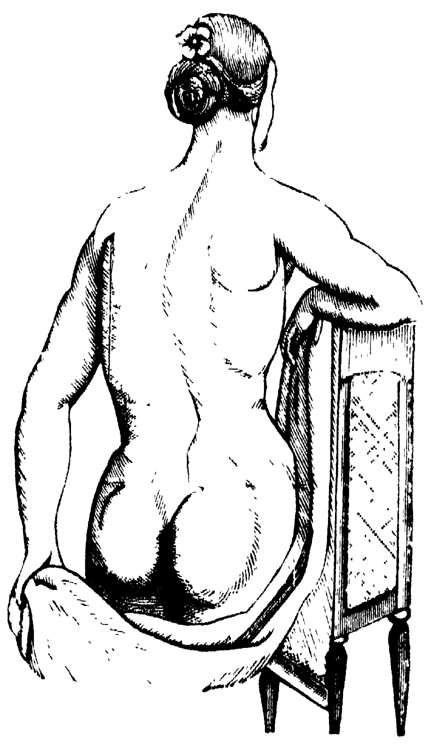
વળગેલી જીભ (Tongue-tie):–આપણી જીભની નીચેની સપાટી મ્હોંડાની તળીએ એક ઝીણી ચામડીથી વળગેલી હોય છે. એ ચામડી જીભની અણીથી ઘણી દૂર હોય છે અને તેથી જીભ છૂટી ફરતી હોય છે. પણ કેટલીકવાર આ ઝીણી ચામડી જીભની અણી સુધી આવેલી હોય છે ત્યારે જીભ હાલી શકતી નથી, બાળક બરોબર ધાવી શકતું નથી. અને જ્યારે બાળક બોલતું થાય છે ત્યારે તેને બોલવામાં ઘણી



(ચીત્ર ૫૦ મું.)

પગની ખોડ.

(Knock Knee)



(ચીત્ર ૫૧ મું.)

બરડાની કરોડની ખોડ.

અડચણ પડે છે. એના ઉપાય તરીકે તબિબ પાસે જીભની નીચેનું ઝીણું પડ જરા કપાવવું.

ચીરાયલેા હેાઠ (Hare-lip):-(ચીત્ર ૫૭ મું) જન્મથી હેાઠમાં ફાટ હેાય છે જેને ચીરાયલેા હેાઠ કહે છે. ઘણીકવાર આ ચીરેા ઉપલા હેાઠમાંજ હેાય છે પણ કેટલીકવાર ઉપરનું તાળવું, નાક અને હેાઠની વચમાં ખાડેા પડેલેા હેાય છે અને તેને તબિબી ભાષામાં ચીરાયલું તાળવું—"કલૅફ્ટ પૅલેટ" (Cloft-Palate) કહે છે. આવી વેળા બાળકથી ધાવી શકાતું નથી. તેટલા માટે તેવા બાળકને દૂધ કાઢી ચમચીવડે પાવું. જો નીચલેા હેાઠ ચીરાયલેા હેાય તેા બાળકના મ્હેાંમાંથી લબ ચાલુ પડયા કરે છે, તેથી તેનાં કપડા ખરાબ થઇ તેને વારંવાર સરદી લાગે છે.

ઉપાય તરીકે બાળકના હેાઠપર વહાડકાપ કરાવ્યાથી આ ખેાડ નીકળી જાય છે. સૌથી સરસ વખત બેથી ત્રણ વરસનું બાળક થાય ત્યારે તેનેા ઉપાય કરાવવેા. લાંબા વખત પછી વહાડકાપ કરશે તેા બાળકને એક જાતની બેાલવાની ખેાટી લઢણ પડી જશે અને તે નીકળવી મુશ્કેલ પડશે.

છાતીના હાડકાનું બહાર નીકળી આવવું:—એ ખેાડ નાજુક અને નબળા બાળકમાં હેાય છે. આવા બાળકને સાધારણ બાળકની પેઠે બગલમાંથી પકડી ઉચકવું નહિ. કારણ કે એથી ખેાડ વધશે. બાળકની છાતીપર આસ્તે આસ્તે "પૅનક્રિઍતીક ઇમલશન" અથવા બદામનું તેલ રાત્રે ચેાપડવું અને ધીમે ધીમે હાડકાને દાબવું. મેાટું બાળક થાય ત્યારે તેને ઘટતી કસરત કરાવવી.

ઝાડાના માર્ગની ગેરહાજરી (Imperforate Anus)

કેટલીકવાર બાળકના જન્મ પછી તપાસ કરતાં માલમ પડી આવે છે કે તેનો ઝાડાનો માર્ગ બંધ હોય છે. એવી વખતે ગભરાઇ જવું નહિ, પણ તુરત તબિબ પાસે વહાડકાપ મારફતે તે જગા ખુલ્લી કરાવવી.

બાડું બાળક (Squint).

માતાઓ પોતાના બાળકને બાડું થયલું જોઇને ઘણી બીહે છે. કેટલીકવાર બાળક જન્મથી બાડું હોય છે, પણ વારંવાર એકજ થાને ધવડાવાથી, ચાલુ એક હાથ ઉપર લઇને ફર્યાથી અને ભેજાના દરદથી પણ બાળક બાડું થાય છે. બાળકની માતા અથવા આયા બાડી હોય છે તો એ ખોડ બાળકને જલદી લાગુ પડે છે.

આંગળાંઓની ખોડખાંપણઃ—કેટલીકવાર એક બે આંગળાં હાથમાં અને પગમાં વધારે હોય છે. બાર આંગળાં હાથનાં અને પગનાં તેર આંગળાંવાળા આદમીના દાખલા પણ જણાયલા છે. તેમ વળી ત્રણ અને ચાર આંગળાંવાળાં આદમીઓ વારંવાર નજરે પડે છે. કોઇવાર આંગળીઓ છૂટી હોય છે, તો કોઇમાં આંગળીઓ વચ્ચે પાતળો પડદો હોય છે, જેથી તે આંગળીઓમાં હીલચાલ ઓછી થાય છે અને તેનો દેખાવ બટકના પગ જેવો લાગે છે. (જુઓ ચીત્ર ૫૬ મું.)

ફેફરૂં (Congenital Epilepsy)

કેટલીકવાર જન્મ વખતે બાળકને માથાપર દબાણ આવ્યાથી અને હથીયારવડે ઇજા થયાથી તેને ફેફરાની માફક તાણ થઇ આવે છે. તેને લીધે વારંવાર શરીરના ચોક્કસ ભાગને લકવો થઇ આવી તે જૂઠો પડી જાય છે.



(ચીત્ર ૪૯ મું.)
બરડાની કરોડનો મણકો અને તેથી નીકળી આવેલી ખુંધ
(Pott's Desease)

પગની ખોડખાંપણ (Club-foot).

સ્નાયુઓ અને સ્નાયુ બંધનના સંકોચાવાથી, હાડકાંઓની ખોડખાંપણથી પગની ઘુંટી અને પગ વારંવાર વળેલા હોય છે. કેટલીકવાર નળાના હાડકાના નીચલા છેડાની ગેરહાજરીથી પણ આવી ખોડ જોવામાં આવે છે. ગર્ભજળ ઓછું હોય તો પગની ઊપર ચાલુ દબાણ થવાથી આ ખોડ જન્મથી દીસે છે.

પગની ઘુંટી મીજાગરાની માફક પગને વાળી અને લાંબો કરી શકે છે, પણ પગનું બહાર અને અંદર ફરવું પગના પંજાના બીજાં હાડકાંઓને આભારી છે. આ ખોડમાં ચાર જુદી રીતે પગ ફરી ગયેલો દીસે છે. બાળક માત્ર પગનાં આંગળાંઓ પર ચાલે છે; અને પગની એડી જમીનથી ઉંચકાયલી હોય છે, તેજ પ્રમાણે કોઇ બાળક એડી ઉપરજ શરીરનો ભાર ઉચકે છે અને ચાલેછે, અને આંગળાંઓ જમીનથી ઉચકાયલાં હોય છે. કોઇનો પગ બાજુએથી ફરી ગયેલો હોય છે અને પગની બાહારની કોરપર તે ચાલે છે. તેમ વળી કેટલાકોમાં પગ અંદર ફરી ગયલો હોવાથી બહારની કોર જમીનથી ઉચકાયલી હોય છે અને તેના શરીરનો ભાર પગની અંદરની કોરપર પડે છે. આ ખોડના ઉપાય તરીકે તબિબની સલાહ લેવી કેટલીકવાર આ ખોડ વહાડકાપથી દુર થાય છે તેમ વળી કેટલાકોને માટે ખાસ જૂદી જૂદી જાતનાં બૂટ બનાવવામાં આવે છે કે જેથી ખોડ કમતી થાય છે અને દરદીને ચાલવામાં હરકત પડતી નથી.

વાંકી ડોક (Wry Neck))–બાળકની ગરદન એક બાજુ વળી ગયલી હોય છે અને ગરદનનો મોટો સ્નાયુ ખેંચાઇ જવાથી ડોક ખભા તરફ વળી ગયલી હોય છે. ગરદનના

પછવાડેના હાડકાં પણ બાજુએથી વળી ગયલાં હોય છે.

ગર્ભાશયમાં બાળક બેવડું થઇને પડેલું હોય અથવા ગર્ભજળ કમી હોવાને લીધે ડોકી ઉપર ચાલુ દબાણ થયાથી અને સ્નાયુનાં ખેંચાવાથી કુદરતી રીતે જ્યારે બાળક જન્મે છે ત્યારથી થોડા વખત પછી એ ખોડ જરા જરા દેખાવા માંડે છે. આંખની ખામી અને ગરદનમાં ઘડ થયાથી અથવા સરદી લાગ્યાથી પણ એક બાજુની ડોક અકડી જઇ વળી જાય છે. કાનમાંથી ચાલુ પરૂનું જવું, ગરદનના હાડકાને ખહી અથવા સડો લાગ્યાથી અને ગરદનના સ્નાયુઓમાં જતી નસને ઇજા થયાથી અને કંઠમાળાથી પણ વારંવાર વાંકી ડોક થાય છે.

ઉપાયઃ—સાધારણ રીતે કારણ શોધી કાઢી તેના ઉપાય કરવા, પણ કુદરતી રીતે ડોક વળી ગઇ હોય તો બદામનું તેલ અથવા વાઘની ચરબી લઇને ગરદન પર રોજ મસળવી. તબિબ પાસે વહાડકાપ કરાવવાથી ખોડ નીકળી જાય છે. આ વેળા તબિબ સંકોચાયલા સ્નાયુ અને સ્નાયુ બંધનને વચમાંથી કાપી નાંખે છે અને પછી ડોકને પલાસ્તર ઓફ્ પેરીસથી અથવા કોઇ બીજી હીકમતથી યા ચોક્કસ યંત્રવડે સીધી કરવામાં આવે છે.

પ્રકરણ ૨૪ મું.

દેશી દાઇઓ તથા અજ્ઞાન લેાકેામાં સૂવાવડમાં ચાલતા વહેમેા અને હાનિકારક રિવાજો.

Native Dais & Faulty Superstitious Customs.

આજે વખત બદલાતેા જાય છે. કેળવણીના પ્રતાપે અજ્ઞાનપણું, વહેમેા, જુનીરસમેા, નુકસાનકારક રિવાજો, થેાડેઘણે ભાગે આપણામાંથી દિન પરદિન નાબુદ થતા જાય છે. આવા દેખીતા નુકસાનકારક વહેમેા અને રિવાજો તરફ આજે આપણે જોઈશું તેા આપણા મનમાં એક વિચાર આવશે કે આવા રસમેાથી અને નિર્દય દાઇઓના હાથે સઘળી ગર્ભિણીઓ મરી જવી જોઇએ. પણ આપણે જાણીએ છીએ કે પરમ કૃપાળુ ઇશ્વરે આપણાં શરીરની રચનામાં એવી યેાજના કરી છે કે એકાએક શરીરને નુકશાન થતું નથી, પણ જ્યારે તેની હદ રહેતી નથી ત્યારે નુકશાન થયા વગર રહેતું નથી. એક હજાર હમેલદાર સ્ત્રીમાંથી નવસેા સત્યાસી સ્ત્રી દાયણ અથવા તબિબની મદદ વગર જન્મ આપે છે. બાળકને જન્મ આપવેા એ કુદરતી બનાવ છે અને તેટલા માટે દાયણે માત્ર કુદરતને મદદ કરવાના ઉપાયેા કરવા અને કદી પણ અવિચારી પગલાંથી અંદર માથું મારવું નહિ.

હાનિકારક રિવાજો તથા વહેમેા.

૧. પ્રસૂતી થનાર સ્ત્રીની ઇંદ્રિમાં જગાનેા મેાકલાશ કરવા દેશી દાયણેા આંગળાંઓ ઘાલે છે અને હાથથી અંદરની જગાને ગમે તેમ તાણે છે. આવી રીતે કર્યાથી અંદરના ભાગમાં સેાજો આવે છે અને સ્ત્રીને વેદના થાય છે.

૨. પાણીની થેલી જેની અંદર બાળક રહે છે તે કમળ-નું મ્હોં પૂરેપૂરૂં ખૂલ્લું થાય તેની આગમચ ફોડી નાંખે છે. પણ તેથી બાળકનો જન્મ થવામાં અડચણ પડે છે અને સામો વિલંબ થાય છે.

૩. કમળના મ્હોંમાં આંગળી નાંખી તેને પોહળું કરવાની તજવીજ કરે છે પણ આમ કર્યાથી હાનિકારક જંતુઓ સ્ત્રીની ઇંદ્રીમાં દાખલ થાય છે અને ત્યાં સોજો આવે છે. પછી સ્ત્રીને દુખાવો થઇ તેણી ‘ સૂવા રોગ ’ ને આધીન થાય છે.

૪. બાળક જન્મ્યા પછી ઑરને ઉતાવળ કરી નાળ પકડીને ખેંચી કાઢે છે. એથી ગર્ભાશય ઉલટાઇ જવાનો સંભવ રહે છે અને ઑરનો થોડો ભાગ તૂટી જઇ અંદર રહે છે અને પછી રક્તસ્રાવ થાય છે.

૫. બાળકના જન્મ પછી માતાને ઊભી કરી તેણીના પેટમાં માંથું ટેકવીને દાયણ જોરથી દાબે છે. છૂટકારાની વખતે સ્ત્રીની ઇંદ્રી, ગર્ભાશય, અને વસ્તિદેશ ઢીલાં થઇ ગયલાં હોય છે, અને આવી સ્થિતીમાં સ્ત્રીને ઊભી કરવામાં આવે તો સર્વ ઇંદ્રિઓ બહાર ઢળી પડે અને પરીણામમાં ગર્ભાશય બહાર નીચે ઊતરી પડવાનો ભય રહે છે.

૬. કોઇવાર બાળક પગ તરફથી જન્મે છે તેને “પગી” કહે છે. તે બાળક ભાગયશાળી ગણાય છે અને તેના પગમાં કાંઇ ઔષધી ગૂણ રહે છે એમ ધારી જૂના દરદીઓને તેના પગે લાત મરાવે છે કે તેમનો રોગ નીકળી જાય.

૭. કેટલાકો બાળક જન્મ્યા પછી તુરત ડામ દે છે. તેમને આવું ઘાતકી પગલું ભરતા અટકાવવા જોઇએ.

૮. પ્રસૂતિની શરૂઆતમાં જ્યારે આસાએશની જરૂર છે તે વેળા ગર્ભિણી સ્ત્રીને "પાટલાપર બેસાડી કરાંઝવા કહે છે, અને એક કમળનું ફુલ લાવી પાણીમાં મૂકે છે. તેના વિષે તે-ઓની એવી માન્યતા હોય છે કે જેમ જેમ કમળનું ફુલ ઉઘડતું જશે તેમ તેમ સ્ત્રીના કમળનું મ્હોં પણ ખૂલતું જશે."

૯. બાળક મુએલું જન્મે છે તો સ્ત્રીને કેટલાક દિવસો સૂધી ભૂખે મારે છે.

૧૦. જો કોઈ સ્ત્રી ભૂલે ચૂકે વધુ કષ્ટાઇ તો તેણીના ઘરના લોકો એવું માની લે છે કે તેણીએ પોતાના પતીની બરોબર બરદાસ અને સેવા કીધી નથી અને તેની શીક્ષા તરીકે કે કોઇ બીજા સૂપ્રીયાણા હેતુથી "તેના ધણીના પગનો અંગુઠો ધોઇને તે પાણી કષ્ટાતી સ્ત્રીને પાય છે."

આ સર્વ ખોટા, હાનિકારક અને અનર્થભરેલા વાહીયાત રિવાજો અને વહેમો શરીરની રચના અને સૂવાવડની બાબતની અજ્ઞાનતાને લીધે થાય છે અને તેથી વગર જરૂરે પૈસા, મહે-નત અને કેટલાક અમૂલ્ય જાનો વ્યર્થ જાય છે.

પ્રકરણ ૨૫ મુ.

વાંઝીયાપણું, તેનાં કારણો અને ઉપાય.

(Sterility in Women)

વાંઝીયાપણું કેટલીકવાર એક સ્ત્રીને શ્રાપ સમાન લાગે છે. તેણી સાસરીયામાં અને સ્નેહીઓમાં કેટલીકવાર અણગમતી થઈ

પડે છે અને પરણેલી જીંદગીનું પુરતું સુખ તેણી ભોગવી શક્તી નથી. તેણી કોઇ પણ જાતની માસીક પીડાકારીથી દુઃખી થાય છે અને તેણીના મગજની સ્થિતિ નબળી પડી જાય છે. તેણી મગજના જૂદા જૂદા વિકારોની ભોગ થઇ પડે છે. તેણી વારંવાર તબિબ પછી તબિબ બદલે છે અને જો કે પોતાની આ સ્થિતિ કહેતાં શરમાય છે પણ તેણી હમેશા બાળક માટે તલખગાર રહે છે.

વાંઝીયાપણાનાં નીચલાં કારણો હોય છેઃ--

૧ સ્ત્રીના ગુપ્ત ભાગની ખામી.

૨ નાનો અને સાંકડો યોનીમાર્ગ.

૩ યોની મુખ બંધ હોય અથવા સાંકડું હોય.

૪ યોની પટલ આખો રહ્યો હોય.

૫ ગર્ભાશયનો જૂનો સોજો.

૬ ગર્ભાશય અને સ્ત્રીઅંડ બાળ અવસ્થામાં હોય.

૭ સ્ત્રીને ગરમીની બિમારી લાગુ પડી હોય.

૮ પુરૂષબીજ પુરૂષમાં ન હોય અથવા પુરૂષની ઇંદ્રીની ખામી.

૯ ઘણું કામ કરનારી સ્ત્રીઓ અને ઘણી ભણેલી અને મગજને કસનારી સ્ત્રીઓ.

૧૦ સ્ત્રીમાં ગર્ભાશય, સ્ત્રીઅંડ અથવા યોની પહેલેથીજ હોય નહિ.

૧૧ ગર્ભાશયનું પાછળ ઢળી પડવું;

૧૨ અણગમતાં જોડાનાં લગન, અને જાતી ધીક્કાર.

૧૩ અરસપરસની મ્હોબત અને પ્યારની કોટાઇ.

૧૪ જુનો પ્રદર રોગ.

૧૫ બેહદ વીલાસી.

ઘણી વેળા પરણ્યા પછી પહેલા બે વરસમાં સ્ત્રીને હમેલ રહે છે. ચાર વરસ સૂધી સ્ત્રીને હમેલ ન રહે તો એકદમ સ્ત્રી વાંઝણી છે એમ સમજવું નહિ. પણ ચાર વરસ પછી જેમ જેમ વરસ વધતાં જાય તેમ તેમ સ્ત્રીને હમેલ રહેવાના સંભવ કમતી થાય છે. ગર્ભાશય જો પાછળ ઢળી પડયું હોય તો તે સીધું કરાવી " પેસરી " પહેરવી. ગરમીના રોગ માટે યોનીમાં પીચકારી લેવી અને " ગલીસરીન અને ઇકથીયોલ " નું પહોળ્યું મૂકવું. સ્ત્રીને માસીક અટકાવ વેળા ઘણો દુઃખાવો થતો હોય તો અથવા ગર્ભાશય અને કમળનું મ્હોં સાંકડું હોય તો તે મોટું કર્યાથી વાંઝણી સ્ત્રીને હમેલ રહે છે. ગર્ભાશય અને કમળના ફુલના અંતરપડને હથીયારવડે ઓખવી કાઢે છે અને કમળના પાછલા ભાગને કાપી કાઢી પાછું બરોબર સીવી લીધાથી ઘણી વાંઝણી સ્ત્રીઓને પરણ્યા પછી બાર ચૌદ વરસે હમેલ રહેલા જણાયલા છે. હાલમાં પીચકારીની મદદથી સ્ત્રીના કમળના મૂખ આગળ ગર્ભબીજનો પ્રવાહી દાખલ કરે છે જેથી કેટલીકવાર સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરી શકે છે.

વાંઝણી સ્ત્રી પોતાની હાલત સમજે છે અને તેના સીધા ઉપાય તબીબ પાસ લેવાને બદલે ધુતમ ધાતમ અને ચીઠી દોરા બાંધી ફરે છે, માનતાઓ માને છે અને છેલ્લે કેટલીકવાર નિતિનો માર્ગ છોડી આડે રસ્તે જાય છે. વાંઝણી સ્ત્રી પોતાના વાંઝીયાપણાનું કારણ શોધી કાઢી તબીબી ઉપાય લે તો તેણીનો તેવી કંગાળ હાલતમાંથી છૂટકારો થાય.

પ્રકરણ ૨૯ મું.

બાળકના જન્મ તથા મરણની નોંધ.

Vital Statistics.

બાળકના જન્મ તથા મરણની નોંધ ઉપરથી તેની ખરી સ્થિતિ માલમ પડે છે. ખરાબ હવા અથવા બીજાં કોઇ કારણો-થી બાળકનું મરણ નીપજે છે. તેની તપાસ કરવામાં આ મરણ સ્થિતિ ઉપયોગી થઇ પડે છે. બાળકના મરણનું કારણ માલમ પડયાથી તે અટકાવવા માટે નામદાર સરકારને વહેવારૂ ઉપાય લેવાનું બની શકે છે, દાખલા તરીકે, આગળ શિતળા (Small-pox) ના ભંયકર રોગથી ઘણાં લોકો આંધળાં પાંગળાં થતા હતાં એટલુંજ નહિ પણ હજારો બાળકો મરણ પામતાં હતાં. આખરે ડોક્તર જેનરે શિતલા કાઢવાનો ઉપાય શોધી કાઢયો. ત્યારપછી કાળજી રાખી સર્વે નાની વયનાં બાળકોને મુફ્ત શિતળા મૂકાવવાનો ફરજીયાત કાયદો નામદાર સરકારે ઘડયો છે, તેથી આ રોગ ઘણે દરજ્જે નાબુદ થતો માલુમ પડે છે. જન્મ મરણની નોંધ રાખવા માટે મોટાં શહેરોમાં રજીસ્ટ્રારો રાખે છે, જ્યારે નાનાં ગામોમાં પટેલ કે તલાટી તે કામ બજાવે છે. આ નોંધ જોયાથી જલદીથી માલુમ પડી આવે છે કે કેટલાં બાળક જીવતાં અને કેટલાં બાળક મુવેલાં જન્મે છે. બીજું કયાં દરદથી બાળક વધારે મરે છે અને કઇ ઉમરે તેઓમાં વધારે મરણ પ્રમાણ આવે છે તે સહેજમાં જણાઇ આવે છે.

છોકરી કરતાં છોકરા વધારે જન્મે છે. બચપણમાં છોકરી કરતાં છોકરા વધારે મરણ પામે છે. મુવેલાં જન્મેલાં બાળકમાં છોકરાની સંખ્યા વધારે હોય છે. બેડોળ અને અસ્વભાવિક આ-

કારનાં (અહુણભાવ) જેટલાં બાળક જન્મે છે, તેમાં પણ સ્રી કરતાં પૂરૂષની સંખ્યા વધારે રહે છે.

નાની વયમાં લગ્ન થયાથી બાળક કમી થાય છે અને તેઓ વિશેષ રેાગી હેાય છે. એક શહેરની તંદુરસ્તી કેવી છે તે દર હજાર આદમીએ તેના મરણ પ્રમાણ ઉપરથી નક્કી કરી શકાય છે.

પાંચ વરસની અંદરનાં બાળકનાં મરણની સંખ્યા હમેશાં વિશેષ આવે છે. મેાટા શહેરમાં પાંચ વરસની અંદરનાં બાળકનાં મરણની સંખ્યા આખા શહેરનાં કુલે મરણ કરતાં પચાસ ટકા વધારે જણાય છે. તપાસ કરતાં માલુમ પડે છે કે ગરીબ વર્ગનાં પાંચ વરસની અંદરનાં બાળક વધારે પ્રમાણમાં મરણ પામે છે, જ્યારે ઊંચ વર્ગનાં બાળકનાં મરણની સંખ્યા કમી હેાય છે. કેટલીકવાર ગરીબ વર્ગમાં દસમાંથી નવ બાળક મરણ પામતાં જણાયાં છે. બાળકનું મરણ પ્રમાણ મેાટું આવવાનાં ઘણાં કારણેા છે. તેમને ઉછેરવાના જ્ઞાનની ખામી, નાલાયક ખેારાક, સ્વચ્છતા અને ચેાખ્ખી હવાની ગેરહાજરી, કેફી ચીજો આપવાની ટેવ, વગેરે મૂખ્ય છે. જે અજ્ઞાન વર્ગેામાં સૂવાવડમાં બાળકની માવજત અસલકાળ પ્રમાણે કરવામાં આવે છે તેઓમાં મરણની સંખ્યા વધારે હેાય છે.

ઝાડેા, ઉપલ્યું, તાવ, શિળી, ગેાવરૂં, છાતીની બિમારી વીગરેથી બાળકનું મરણ થાય છે.

ઈંગલંડમાં દર લગન દીઠ ચારથી પાંચ બાળકની સરાસરી આવે છે.

આ ચોપડીમાં વપરાયલા અંગ્રેજી શબ્દોની સમજણ.

A.

Abdomen (ઍબડોમેન). પેટ

Abortion (એબૉરશન).અધુરે મહિને બાળકનું આવવું: કસુવાવડ.

Abcess (ઍબસૅસ). ફોલ્લો.

Accoucheur (ઍકુશર). સુવાવડનો તબિબ

Adenoids (ઍડીનૉઇડસ્) નાકના મસા.

After-pains (આફ્તર પેન્સ) પાછલી વિણો.

Albuminuria (આલબુમીનુરીયા). પેશાબમાં આલબ્યુમીનનું જવું.

Amenorrhœa (ઍમેનોરેયા). માસીક અટકાવનું બંધ થવું.

Amniotic sac (ઍમનીયોટીકસૅક). તશીયો; જે કોથલીમાં બાળક ગર્ભાશયમાં રહે છે તે.

Antipartum (ઍનટીપારતમ). બાળકના જન્મની આગમચ.

Antiseptic (ઍનટીસૅપટીક). જંતુ નાશકારક, અથવા કોહવાટ અટકાવનારી.

Anus (એનસ). સફરો

Asphyxia (ઍસફીક્ષયા), દમનું રૂંધાઇ જવું.

B.

Bacteria (બૅકટીરીયા). જીવ જંતુઓ.

Bag of Waters (બૅગ ઓફ વૉતરસ). તશિયો.

Binder (બાઇનડર). બાળકના પેટનો પાટો.

Breast-pump (બ્રૅસટપમ્પ) થાનમાંથી દૂધ કાઢવાનો સંચો.

Breech (બ્રીચ) જાંગના કુલાં.

C.

Cephalhematoma (કીફૅલહીમેટોમાં) જન્મેલા બાળકના માથા પર લોહીનું ઢીંબું.

Cervix (સૅરવીક્ષ). કમળ, કમલનું ફુલ.

Cœsarean section (સીઝેરીયન સૅકશન) પેટ ચીરીને બાળકને જન્મ આપવાની રીત.

Circumcision (સરકમસીસન) સુનત કરવી. પિસાબની નળી આગળની ચામડી કાપવી.

Cleft palate (કલૅફ્ત પૅલેટ). ચીરાયલું તાળવું.

Colostrum (કોલૅાસ્ટ્રમ) પહેલું દૂધ; ધાકું દૂધ, ચીક.

Conception (કનસેપશન) ગર્ભ રહેવો.

Conjunctivitis (કનજનકટીવાઇટીઝ) આંખ આવવી.

Convulsion (કનવલઝન) ઉપલ્યું, આંચકી.

Craniotomy (ક્રેનીયોતોમી) બાળકની ખોપરી ભાંગીને જન્મ આપ-

વાની રીત.

Curettage (કયુરેતેજ), ગર્ભાશયને અંદરથી ચમચાવડે ઓખવવું

D.

Delivery (ડીલીવરી) છુટકારાનો વખત, સુવાવડ.

Douche (ડુશ). પાણીની પીચકારી લેવી.

Dysmenorrhœ (ડીસમૅનોરીયા) દુખારાવાળી માસીક માંદગી.

E.

Eclampsia (ઍકલેમપસીયા) હમેલ દરમ્યાન થતી ફેફરાંની માફક તાણુ.

Ectopic Gestasion (ઍકટૉપીક જૅસતેશન). ગર્ભાશયની બહાર ગર્ભનું રહેવું.

Embryo (ઍમબ્રીયો) ત્રીજા મહીનાની આગમચનું ગર્ભ.

Enema (એનીમા) ઝાડાને રસ્તે પીચકારી મારવી.

Ergot (અૅરગટ) એક દવા છે જેમાં ગર્ભાશયને સંકોચાવાનો ગુણુ હોય છે. ડૉઝ, ૧૫થી૬૦ ટીપાં.

Extra-uterine Pregnancy (એક્ષટ્રા-યુતેરાઇન પ્રૅગનનસી) ગર્ભાશયની બહાર ગર્ભનું રહેવું.

F

Fœces (ફીસીસ) ઝાડો.

Fallopian tube (ફૅલોપીયન ટ્યુબ) સ્ત્રી અંડ નળીકા, સ્ત્રીના બીજને સ્ત્રી અંડમાંથી ગર્ભાશયમાં લઇ જનારી નળી.

Fœtus (ફીતસ) ત્રીજા મહીનાથી દશમાં મહિના સુધીનું બાળક.

Fontanelle (ફૉનતાનૅલ) બાળકની ખોપરીના તાળકાનાં ઉપર હાડકાની વચમાં દેખાતો પોચો પડો.

Forceps (ફૉરસૅપસ) બાળકનું માથુ પકડીને બહાર કાઢવાનો ચીપીયો.

Funis (ફુનીસ) નાળીયું.

G

Graffian **F**ollicle (ગ્રૅફીયન ફૉલીકલ) સ્ત્રી અડમાંથી નીકળતું સ્ત્રી બીજ.

H.

Hare lip (હૅરલીપ) કુદરતી ચીરાયલો હોઠ.

Hæmorrhage (હેમરેજ)રક્તસ્રાવ.

Hymen (હાઇમૅન) યોનીની ઉપરનો કુમારી સ્ત્રીમાં જણાતો પદડો; યોની પતલ.

I.

Inanition **F**ever (ઇનએનીસન ફીવર) ભૂખમરાની તાવ.

Incubator (ઇનકયુબેતર) અસીસલા બાળકને રાખવા માટેનું ગરમી આપનારૂં યંત્ર.

Involusion (ઇનવોલ્યુશન] સૂવાવડ પછી ગર્ભાશયનું અસલ સ્થીતીમાં આવવું.

J.

Jaundice (જૉનડીસ) કમળો.

K.

Kyphosis (કાઇફોસીસ) બરડાની ખુંધ નીકળી આવવી.

L.

Labia (લેબીયા) ઑસ્ટ, ઓના બહારના ભાગપરના બેઉ બાજુના ટેકા; પારા.

Labour (લેબર), સુવાવડ.

Lanugo (લૅનુગો) ગર્ભાવસ્થામાં બાળકના દીલપરની રૂવાટી.

Leucorrhœa (લ્યુકોરીયા) પ્રદર રેાગ, સફેદ પાણી, અથવા ધાતનું ઓએોમાં જવું.

Lochia (લૅાકયા), સુવાવડનેા રક્તસ્રાવ.

Lying-in (લાઇંગ-ઇન) સુવાવડ.

M.

Mamma (મેમા) થાન.

Marasmus (મૅરેસમસ.) એક જાતની બાળકની બિમારી જેમાં બાળક ચાલુ તવાતું જાય.

Mastites (મૅસતાઇતીસ) થાનનેા સેાજો.

Menses (મૅનસીસ) માસીક અટકાવ.

Midwife (મીડવાઇફ) દાયણ.

Miscarriage (મીસકૅરેજ) અધુરે મહિને બાળકનું ટુટી પડવું; કસુવાવડ.

Monster (મૅાનસ્તર) રાક્ષસી બાળક.

N.

Navel (નેવલ) ડુંટી.

Nevus (નીવસ) લાંછન.

O.

Os uteri (ઑસ યુતેરાઇ) ગર્ભાશયનું મૂખ.

Os. uteri externum, બહારનું કમળનું મૂખ. Os uteri internum અંદરનું કમળનું મૂખ.

Ovary (ઑવરી) ઓંઅડ, જેની અંદર ઓબીજ પેદા થાય તે.

Ovum (એાવમ) ઇંડું, ગર્ભ.

P.

Pelvimetry (પૅલવીમીટ્રી) બસ્તિ પ્રદેશનું માપ લેવું.

Pelvis (પૅલવીસ) બાસ્તિ પ્રદેશ.

Perineum (પૅરિનિયમ) સફરા અને યેાનીની વચ્ચેની જગા.

Phimosis (ફાઇમોસીસ) પુરૂષબાળકની પિશાબની ચામડીનું ઉપર નહિ ચઢવું.

Placenta (પલૅસેનટા) ઑાર.

P. Prœvia (પ્રીવયા) ઑારનું કમળના મૂખ આગળ આવીને પેહેલેથી રહેવું.

Postpartum (પોસ્તપારતમ) બાળકના જન્મ પછી.

Pregnancy (પ્રૅગનનસી) સુવાવડ.

Presentation (પ્રીઝૅનટેશન) બાળકનેા જે ભાગ પહેલાં અવતર-

વાનો હોય તે.

HeadPresentation માથાનું પહેલું આવવું.

Pelvic P. કુલાનું પહેલુ આવવું

Transverse P. બાળકનું આડું આવવું.

Primipara (પ્રીમીપારા) પહેલી વેત.

Pruritus (પ્રુરીતસ) કીડ.

Puerperal (પ્યોરપીરલ) સુવાવડને લગતું.

R.

Rectum (રૅકતમ) મોટા આંતરડાનો છેલ્લો ભાગ.

Rhinitis (રાહીનાઇટીસ) નાકના અંદરના પડનો સોજો.

Rickets (રીકેટસ) હાડકાનું દરદ જેમાં હાડકાં સુજી આવીને વળી જાય છે.

S.

Sacrum (સેક્રમ) પુંઠનું હાડકું.

Semen (સીમેન) જેમાં પુરૂષબીજ હોય તે.

Show (શો), છુટકારાની થોડો વખત આગમચ દીસતો રક્તસ્રાવ.

Sound (સાઉનડ) ગર્ભાશયની અંદર તપાસ માટે વપરાતું વાળેલા શોયા જેવું હથીયાર.

Sterilizer (સ્ટેરીલાઇઝર) હથીયાર ગરમ કરવા માટે ખાસ વાસણનો દાબડો.

Caput Succedaneum (કેપટ સકસીડેનીયમ) બાળકના માથાનો જે ભાગ પહેલાં બહાર આવે તે જગા ઉપર ચાલુ દબાણથી પાણીના ગુમડાની માફક લીબું જેવું થઇ આવે છે તે.

T.

T. bandage (ટી બૅનડેજ) અંગ્રેજી અક્ષર ટીના આકારનો પાટો.

Tamponade (ટૅમપોનેડ) યોનીમાં કપડાનો દાટો મારવો.

Thrush (થ્રશ) મોઢું આવવું.

Tumour (ટુમર) ગાંઠ.

U.

Umbilicus (અમબીલીકસ) દુટી.

Umbilical cord(અમબીલીકલકૉરડ) નાળ્યું.

Urine (યુરીન) પેશાબ.

Uterus (યુતેરસ) ગર્ભાશય.

V.

Vagina (વજાઇના) યોની.

V.examination યોની પરીક્ષા.

V. Speculum યોની ખોલવાનુ ચમચા જેવું હથીયાર કે જેનાથી યોનીની અંદરની તપાસ થઇ શકે.

Vernix Caseosa (વૅરનીક્ષ કેઝીયોઝા). ચીકણો પણીર માફક તુરતના જન્મેલા બાળકના શરીર પર દીસતો રસ.

Vulva (વલવા) સ્ત્રીના બહારના ગુપ્ત ભાગ.

W.

Wet–nurse (વૅટ નર્સ) ધવાડનારી

આયા.

Whites (વાહીતસ), પ્રદર રેાગ, સફેદ પાણીનું યેાનીમાંથી જવું.

Witche's milk (વીચીસ મીલ્ક) જન્મેલા બાળકના થાનમાંથી કેાઇ વખત નીકળતેા દૂધ જેવેા પ્રવાહી.

Womb (વુમબ) ગર્ભાશય.